

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак*		№3 стр 96	Бутерброд с маслом и сыром 5/10/30	45		234,75	6,80	6,81	35,35
		№175стр164	Каша вязкая молочная " Дружба " 155	155		182,10	4,04	7,77	24,00
		№123	Чай с сахаром 150**	150		25,25	0,04	0,01	6,25
Второй завтрак*		№401стр316	Бифидок 100	100		47,30	2,70	2,50	3,50
Обед*		№32стр108	Салат из овощей с курагой и изюмом 30	30		34,62	0,47	1,84	4,06
		№ 81	Суп картофельный с горохом 150	150		80,85	3,29	3,16	9,79
		№278,№354	Бефстроганов из отварного мяса 30/30	60		93,50	7,76	6,22	1,65
		№ 321ст280	Пюре картофельное 110	110		100,60	2,25	3,52	14,99
		№376 ст304	Компот из изюма +С витамин 150**	150		76,80	0,33	0,02	18,84
		т/к№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		80,40	3,08	0,56	15,08
Полдник*			Кекс "Радуга" 50	50		138,10	3,10	6,80	17,20
		№399	Сок фруктовый 200	200		84,80	1,00		20,20
Ужин*		№186	Каша гречневая с овощами 120	120		145,50	4,03	6,25	18,29
		№376стр304	Компот из кураги 150**	150		76,80	0,33	0,01	18,84
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
		№338стр253	Яблоко свежее порционно 95	95		42,00	0,38	0,38	9,31

**ВСЕГО: 151,00**