

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак*		№ 1 стр 95	Бутерброд с маслом 5/30	35		198,35	4,50	3,91	35,35
		№185стр195	Каша жидкая молочная "Геркулес" с маслом 200/5	205		295,80	8,11	12,80	36,73
		Ш-сб № 395	Кофейный напиток с молоком 180**	180		80,60	2,85	2,41	11,87
Второй завтрак*		№401стр316	Снежок 135	135		66,00	3,87	3,54	6,80
Обед*		49стр.100	Салат Витаминный (Звариант) 30	30		46,47	0,78	1,86	6,63
		№ 57	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 200/5	205		90,10	1,58	4,67	10,37
		№239/1	Шницель рубленный из птицы 50	50		129,20	9,29	6,90	7,48
		№168стр184	Каша гречневая вязкая 130	130		122,60	3,92	4,08	17,56
		№346стр257	Компот из апельсинов +С вит.1/180	180		124,74	0,40	0,09	30,59
			Хлеб пшеничный 20	20		43,40	1,34	0,20	9,06
			Хлеб ржано-пшеничный 50	50		100,50	3,85	0,70	18,85
Полдник*		ттк№116/3	Пирожное "Сахаринка" * 50	50		289,00	4,00	13,10	37,90
		№123	Чай с сахаром 200**	200		33,60	0,05	0,02	8,30
Ужин*		№186	Картофель в молоке 150	150		132,00	3,33	5,07	18,18
		№372стр304	Компот из свежих яблок 180**	180		87,84	0,14	0,14	21,50
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
		№338стр253	Яблоко свежее порционное 100	100		44,00	0,40	0,40	9,80
<b>ВСЕГО:</b>						<b>151,00</b>			