

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 155	155		174,00	5,24	8,82	18,12
		Ш-сб № 395	Кофейный напиток с молоком 180**	180		80,60	2,85	2,41	11,87
Второй завтрак*		№401стр316	Снежок 100	100		51,00	2,60	2,50	4,50
Обед*		49стр.100	Салат Витаминный (Звариант) 30	30		46,47	0,78	1,86	6,63
		№ 57стр121	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 155	155		69,60	1,22	3,70	7,83
		№239/1	Шницель рубленый из птицы 50	50		129,20	9,29	6,90	7,48
		№168стр184	Каша гречневая вязкая 110	110		103,70	3,31	3,45	14,86
		№346стр257	Компот из апельсинов +С вит.1/150	150		103,95	0,34	0,07	25,50
		ттк№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		80,40	3,08	0,56	15,08
Полдник*		ттк№116/3	Пирожное " Сахаринка " * 50	50		289,00	4,00	13,10	37,90
		№123	Чай с сахаром 150**	150		25,25	0,04	0,01	6,25
Ужин*		№186	Картофель в молоке 120	120		111,00	2,70	4,62	14,64
		№372стр304	Компот из свежих яблок 150**	150		60,00	0,12	0,12	14,62
		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			