

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		165,80	4,89	8,44	17,56
		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		108,40	0,78	1,86	6,63
		№ 57стр121	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 155	155		69,60	1,22	3,70	7,83
		294стр235	Кнели из бройлеров-цыплят с рисом 40	40		93,00	6,63	6,30	2,46
		№168стр184	Каша вязкая пшенная 110	110		112,50	3,03	3,45	17,34
		№376стр304	Компот из смеси сухофруктов +С вит. 150**	150		76,78	0,33	0,01	18,83
		ттк№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		96,16	2,96	0,40	20,19
Полдник*			Маффин шоколадный 50*	50		167,00	2,05	2,80	33,20
		№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		78,51	2,37	0,39	16,38
		№338стр253	Яблоко свежее порционно 95	95		44,00	0,38	0,38	9,31
<b>ВСЕГО:</b>					<b>151,00</b>				