

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак*		№2 стр82	Бутерброд с повидлом 10/30	40		172,24	4,23	0,66	38,62
		№0182	Каша манная молочная жидкая 155	155		171,80	4,16	10,08	16,10
		№123/2	Чай с молоком 180**	180		77,00	2,67	2,34	11,82
Второй завтрак*		№401стр316	Йогурт 100	100		75,00	2,93	2,50	10,20
Обед*		№42 ст 111	Салат из моркови с курагой 30	30		19,26	0,44	0,03	4,30
		№82стр133	Суп картофельный с макаронными изделиями 150	150		62,85	1,61	1,70	10,29
		№304стр271	Плов из птицы 140	140		261,05	10,21	11,02	26,71
		№372стр304	Компот из свежих яблок + С вит 150**	150		60,00	0,12	0,12	14,62
		ттк№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		96,16	2,96	0,40	20,19
Полдник*		ттк	Корж Творожный* 50	50		213,00	4,90	10,60	14,75
			Сок фруктовый 150*	150		64,00	0,75		15,15
Ужин*		№271стр249	Кнели рыбные 40	40		45,50	5,45	1,67	2,22
		№199стр179	Пюре гороховое с маслом 113	113		183,90	9,78	4,92	25,13
		№ 591	Кисель 150**	150		99,20	0,17	0,01	24,60
		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

ВСЕГО: 151,00