

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак*		№2 стр 95	Бутерброд с повидлом 10/20	30		135,00	2,85	0,44	30,01
		№2№168с184	Каша гречневая вязкая маслом, сахаром 150/5/5	160		166,00	4,67	4,86	25,80
		Ш-сб № 395	Кофейный напиток с молоком 180**	180		80,60	2,85	2,41	11,87
		№213стр218	Яйцо вареное 20	20		31,50	2,54	2,30	0,14
Второй завтрак*		№401стр316	Ряженка 135	135		68,80	3,90	3,38	5,70
Обед*		№0180	Салат "Радуга" 30	30		28,26	0,59	1,57	4,00
		№ 85 №120	Суп картофельный с клецками 200	200		69,80	1,67	2,68	9,71
		т/к292	Котлеты рубленые из птицы "Крепыш" 50	50		68,60	7,19	5,58	7,20
		№205,204	Макаронные изделия отварные 134	134		147,80	4,91	3,77	23,56
		№376стр304	Компот из кураги + С витамином 180**	180		91,84	0,40	0,02	22,52
			Хлеб пшеничный 20	20		52,34	1,58	0,26	10,92
			Хлеб ржано-пшеничный 50	50		120,20	3,70	0,50	25,23
			Печенье "Песочное" 50	50		178,50	2,75	9,00	22,05
Полдник*		№385стр273	Молоко кипяченое 200	200		107,00	5,80	5,00	9,60
Ужин*		№268стр247	Суфле из рыбы 40 (минтай)	40		64,70	6,30	3,66	1,65
		470	Картофель отварной 150	150		155,00	2,98	5,84	20,65
		123/1	Чай с лимоном 180/3,5**	183,5		31,50	0,12	0,02	7,71
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		78,51	2,37	0,39	16,38
		№338стр253	Яблоко свежее порционное 100	100		44,00	0,40	0,40	9,80

ВСЕГО: 151,00