

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
		№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 1/150**	150		66,70	2,34	2,00	9,88
		№213стр218	Яйцо вареное 20	20		31,50	2,54	2,30	0,14
Второй завтрак*		№401стр316	Ряженка 100	100		51,00	2,90	2,50	4,20
Обед*		№0180	Салат "Радуга" 30	30		28,26	0,59	1,57	4,00
		№ 85 №125	Суп картофельный с клецками 150	150		52,35	1,26	2,02	7,28
		т/к292	Котлеты рубленые из птицы "Крепыш" 50	50		68,60	7,19	5,58	7,20
		№205,204	Макаронные изделия отварные 113	113		124,70	4,14	3,18	19,87
		№348стр257	Компот из кураги +С витамином 150**	150		76,80	0,33	0,01	18,84
		ттк№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		96,16	2,96	0,40	20,19
			Печенье "Песочное" 50	50		178,50	2,75	9,00	22,05
Полдник*		№400стр315	Молоко кипяченое 150	150		85,00	4,58	4,08	7,58
		№268стр247	Суфле из рыбы 30 (минтай)	30		47,80	4,77	2,65	1,22
Ужин*		470	Картофель отварной 150	150		155,00	2,98	5,84	20,65
		123/1	Чай с лимоном 150/3,5**	153,5		20,80	0,07	0,01	5,10
		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**