

| 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 |
| | | №236стр228 | Пудинг из творога с рисом , соус яблочный 100/30 | 130 | | 244,80 | 14,76 | 9,97 | 24,03 |
| | | 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 |
| | | №199стр179 | Пюре гороховое с маслом 113 | 113 | | 183,90 | 9,78 | 4,92 | 25,13 |
| | | №376стр304 | Компот из смеси сухофруктов +С вит. 150** | 150 | | 76,78 | 0,33 | 0,01 | 18,83 |
| | | ттк№250 | Хлеб ржано-пшеничный 40 | 40 | | 80,40 | 3,08 | 0,56 | 15,08 |
| Полдник* | | | Кекс "Радуга" 50 | 50 | | 138,10 | 3,10 | 6,80 | 17,20 |
| | | №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 | | 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 | | | |