

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" с маслом 200/5	205		295,80	8,11	12,80	36,73
		Ш-сб № 395	Кофейный напиток с молоком 180**	180		80,60	2,85	2,41	11,87
Второй завтрак*		№401стр316	Снежок 135	135		66,00	3,87	3,54	6,80
Обед*		49стр.100	Салат Витаминный (Звариант) 30	30		46,47	0,78	1,86	6,63
		№ 57	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 200/5	205		90,10	1,58	4,67	10,37
		№239/1	Шницель рубленый из птицы 50	50		129,20	9,29	6,90	7,48
		№199стр179	Пюре гороховое с маслом 134	134		218,00	11,60	5,83	29,80
		№376стр304	Компот из смеси сухофруктов + С вит 180**	180		92,20	0,40	0,02	22,60
			Хлеб пшеничный 20	20		43,40	1,34	0,20	9,06
			Хлеб ржано-пшеничный 50	50		100,50	3,85	0,70	18,85
Полдник*		ткк№116/3	Пирожное "Сахаринка" * 50	50		289,00	4,00	13,10	37,90
		№123	Чай с сахаром 200**	200		33,60	0,05	0,02	8,30
Ужин*		№186	Картофель в молоке 150	150		132,00	3,33	5,07	18,18
		№372стр304	Компот из свежих яблок 180**	180		87,84	0,14	0,14	21,50
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
		№338стр253	Апельсины порциями 100	100		58,10	0,90	0,20	13,09

**ВСЕГО: 151,00**