

| 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 |
| | | №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* | | №401ст316 | Йогурт 100 | 100 | | 75,00 | 2,93 | 2,50 | 10,20 |
| 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 |
| | | №168стр184 | Каша вязкая пшеничная 110 | 110 | | 112,50 | 3,03 | 3,45 | 17,34 |
| | | №348стр257 | Компот из кураги +С витамином 150** | 150 | | 76,80 | 0,33 | 0,01 | 18,84 |
| | | 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 |
| | | №400стр315 | Молоко кипяченое 150 | 150 | | 85,00 | 4,58 | 4,08 | 7,58 |
| Ужин* | | №268стр247 | Суфле из рыбы 30 (минтай) | 30 | | 47,80 | 4,77 | 2,65 | 1,22 |
| | | № 321ст280 | Пюре картофельное 110 | 110 | | 100,60 | 2,25 | 3,52 | 14,99 |
| | | 123/1 | Чай с лимоном 150/3,5** | 153,5 | | 20,80 | 0,07 | 0,01 | 5,10 |
| | | 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