

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*		к/р№60	Кефир 100	100		50,00	2,90	2,50	4,00
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		82,50	6,63	4,48	3,91
		№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
		ткк№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		80,40	3,08	0,56	15,08
Полдник*			Печенье творожное Ракушка * 50	50		195,60	5,55	13,95	33,20
		№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	Апельсины порциями 95	95		58,10	0,86	0,19	12,44

ВСЕГО: 151,00