

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
		№223стр189	Запеканка из творога с соусом молочным сладким 130	130		277,50	18,12	13,40	21,12
		378стр270	Чай с молоком 200**	200		85,40	2,97	2,52	13,00
Второй завтрак*		№401стр316	Кефир 135	135		67,50	3,90	3,38	5,40
Обед*		№42 ст 111	Салат из моркови с курагой 30	30		25,59	0,51	0,42	4,95
		№82стр133	Суп картофельный с макаронными изделиями 200	200		83,80	2,15	2,27	13,71
		т/к59	Котлета куриная 70	70		176,95	10,37	11,28	8,42
		№168стр184	Каша вязкая из рисовой крупы 130	130		118,40	1,95	3,32	20,17
		№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
Уплотненный полдник*		т/к234	Крендель Сахарный* 50	50		185,00	3,54	6,57	27,87
		№271стр249	Кнели рыбные 40	40		45,50	5,45	1,67	2,22
		№199стр179	Пюре гороховое с маслом 134	134		218,00	11,60	5,83	29,80
		№ 59стр335	Кисель 180**	180		118,90	0,20	0,01	29,50
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
		№338стр253	Яблоко свежее порционное 100	100		44,00	0,40	0,40	9,80

ВСЕГО: 151,00