

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 и соусом молочным сладким 130	130		244,80	14,76	9,97	24,03
		378стр270	Чай с молоком 200**	200		85,40	2,97	2,52	13,00
Второй завтрак*		№401стр316	Ряженка 135	135		68,80	3,90	3,38	5,70
Обед*		№ 51стр101	Салат из свеклы с курагой 30	30		34,62	0,47	1,84	4,06
		№ 75	Рассольник Домашний со сметаной 200/5	205		98,70	1,79	4,82	12,00
		295стр236	Котлеты рубленные из бройлер-цыплят 50	50		160,70	7,61	11,07	7,66
		№205,204	Макаронные изделия отварные 134	134		147,80	4,91	3,77	23,56
		№376 ст304	Компот из изюма +С вит. 1/180**	180		91,80	0,40	0,02	22,51
			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*			Корж Сластена* 50	50		169,40	3,25	3,30	31,60
		№143стр142	Рагу из овощей 155	155		209,60	2,61	16,22	12,69
		№376стр304	Компот из смеси сухофруктов 180**	180		92,20	0,40	0,02	22,60
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
		№3стр96	Мандарин порционный 100	100		55,10	0,80	0,20	12,49

ВСЕГО: 151,00