

| 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№168с174  | Каша гречневая вязкая<br>маслом, сахаром 120/5/5 | 130      |      | 133,87        | 3,76  | 3,92  | 20,80    |
|                      |        | Ш-сб № 395  | Кофейный напиток с молоком<br>180**              | 180      |      | 80,60         | 2,85  | 2,41  | 11,87    |
| Второй завтрак*      |        | №401стр316  | Йогурт 100                                       | 100      |      | 75,00         | 2,93  | 2,50  | 10,20    |
| Обед*                |        | 31стр93     | Салат из редиса с огурцами и<br>яйцом 30         | 30       |      | 25,89         | 0,71  | 2,21  | 0,78     |
|                      |        | № 85 №120   | Суп картофельный с клецками<br>200               | 200      |      | 69,80         | 1,67  | 2,68  | 9,71     |
|                      |        | ттк№292     | Котлеты рубленые из птицы<br>"Крепыш" 50         | 50       |      | 68,60         | 7,19  | 5,58  | 7,20     |
|                      |        | №303стр240  | Каша перловая вязкая 125с                        | 125      |      | 107,87        | 2,47  | 3,21  | 17,58    |
|                      |        | №376 стр30  | Компот из чернослива + С вит<br>1/180**          | 180      |      | 77,10         | 0,31  | 0,09  | 18,75    |
|                      |        |             | 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* |        | №268стр247  | Суфле из рыбы 40 (минтай)                        | 40       |      | 64,70         | 6,30  | 3,66  | 1,65     |
|                      |        | № 321стр280 | Пюре картофельное 120                            | 120      |      | 109,80        | 2,45  | 3,84  | 16,34    |
|                      |        | 123/1       | Чай с лимоном 180/3,5**                          | 183,5    |      | 31,50         | 0,12  | 0,02  | 7,71     |
|                      |        | т/к249      | Хлеб пшеничный 30                                | 30       |      | 65,10         | 2,01  | 0,30  | 13,59    |
|                      |        | ттк№38/1    | Печенье творожное "Ракушка"<br>* 50              | 50       |      | 195,60        | 5,55  | 13,95 | 33,20    |
| <b>ВСЕГО:</b>        |        |             |  |          |      | <b>151,00</b> |       |       |          |