

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 180**	180		80,60	2,85	2,41	11,87
		№213стр218	Яйцо вареное 20	20		31,50	2,54	2,30	0,14
Второй завтрак*		№401стр316	Бифидок 135	135		70,70	4,10	3,70	5,25
Обед*		№0180	Салат "Радуга" 30	30		28,26	0,59	1,57	4,00
		№80стр132	Суп картофельный с рисом, зелень 200/2	202		72,60	1,55	2,18	11,66
		т/к59	Котлета куриная 70	70		176,95	10,37	11,28	8,42
		№205,204	Макаронные изделия отварные 134	134		147,80	4,91	3,77	23,56
		№376стр304	Компот из смеси сухофруктов + С вит 180**	180		92,20	0,40	0,02	22,60
			Хлеб пшеничный 20	20		52,34	1,58	0,26	10,92
			Хлеб ржано-пшеничный 50	50		120,20	3,70	0,50	25,23
			Печенье "Песочное" 50	50		178,50	2,75	9,00	22,05
Уплотненный полдник*		№268стр247	Суфле из рыбы 40 (минтай)	40		64,70	6,30	3,66	1,65
		№199стр179	Пюре гороховое с маслом 134	134		218,00	11,60	5,83	29,80
		123/1	Чай с лимоном 180/3,5**	183,5		31,50	0,12	0,02	7,71
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		78,51	2,37	0,39	16,38
		№338стр253	Яблоко свежее порционное 100	100		44,00	0,40	0,40	9,80

**ВСЕГО: 151,00**