

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак*		№3 стр 96	Бутерброд с маслом и сыром 5/10/30	45		234,75	6,80	6,81	35,35
		№185стр195	Каша жидкая молочная из рисовой крупы 150/5	155		185,26	3,76	7,91	24,66
		№ 397	Какао с молоком 180**	180		96,70	3,67	3,19	13,33
		№213стр218	Яйцо вареное 20	20		31,50	2,54	2,30	0,14
Второй завтрак*		№401стр316	Снежок 135	135		66,00	3,87	3,54	6,80
Обед*		№41стр 111	Салат из моркови с сахаром 30	30		15,70	0,37	0,03	2,90
		138 стр.77	Суп картофельный с зеленым горошком и зеленью 200/2	202		118,60	4,39	4,21	13,23
			Капуста тушеная с цыплятами 150	150		154,80	9,66	7,88	11,30
		№398ст.314	Напиток из плодов шиповника 180**	180		69,41	0,61	0,25	16,18
			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*		ттк №49/1	Кекс " Радуга " * 50	50		228,50	3,10	13,90	22,80
		№256стр240	Котлеты рыбные любительские 50	50		70,00	6,84	2,31	5,43
		№303стр240	Каша вязкая пшенная 1/120/5	125		128,20	3,44	3,92	19,70
		№399	Сок фруктовый 200	200		84,80	1,00		20,20
		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**