

| 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 |
| | | № 93 ст138 | Суп молочный с макаронными изделиями 200с | 200 | | 145,20 | 5,85 | 5,21 | 18,83 |
| | | Ш-сб № 395 | Кофейный напиток с молоком 180** | 180 | | 80,60 | 2,85 | 2,41 | 11,87 |
| Второй завтрак* | | №401стр316 | Йогурт 135 | 135 | | 109,00 | 4,40 | 3,38 | 15,30 |
| Обед* | | № 25стр105 | Салат из картофеля с зеленым горошком 30 | 30 | | 33,81 | 0,82 | 2,12 | 2,86 |
| | | № 67 ст126 | Щи из св.капусты с картофелем и сметаной 200/5 | 205 | | 75,90 | 1,52 | 4,65 | 6,96 |
| | | т/к№293 | Зразы рубленные из птицы 50 | 50 | | 116,00 | 6,67 | 8,11 | 3,98 |
| | | №168стр184 | Каша гречневая вязкая 1/125с | 125 | | 134,13 | 3,71 | 5,89 | 16,57 |
| | | №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* | | ттк№69/3 | Корж " Маковый " * 50 | 50 | | 263,00 | 3,70 | 14,30 | 29,90 |
| | | 239стр229 | Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким 130 | 130 | | 264,45 | 12,24 | 11,64 | 27,75 |
| | | № 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