

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
		№175стр164	Каша вязкая молочная " Дружба " 155	155		191,90	4,48	8,25	24,71
		№123	Чай с сахаром 200**	200		34,05	0,07	0,03	8,40
Второй завтрак*		№401стр316	Снежок 135	135		66,00	3,87	3,54	6,80
Обед*		№32стр108	Салат из овощей с курагой и изюмом 30	30		34,62	0,47	1,84	4,06
		№ 81стр133	Суп картофельный с горохом 200	200		107,80	4,39	4,21	13,25
		№262	Бефстроганов из птицы 80	80		120,00	9,42	8,10	2,34
		№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 Маковый* 50	50		263,00	3,70	14,30	29,90
		№186	Каша гречневая с овощами 150	150		175,80	4,82	7,67	21,86
		акт	Напиток лимонный 1/180**	180		88,65	0,13	0,01	22,00
		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