

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------|--------|------------|--|----------|---------------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак* | | №2 стр82 | Бутерброд с повидлом 10/30 | 40 | | 172,24 | 4,23 | 0,66 | 38,62 |
| | | №223стр189 | Запеканка из творога 100 | 100 | | 247,00 | 17,54 | 12,05 | 17,15 |
| | | №351 | Соус молочный сладкий 1/30с | 30 | | 30,45 | 0,58 | 1,35 | 3,97 |
| | | 378стр270 | Чай с молоком 200** | 200 | | 85,40 | 2,97 | 2,52 | 13,00 |
| Второй завтрак* | | №401стр316 | Кефир 135 | 135 | | 67,50 | 3,90 | 3,38 | 5,40 |
| Обед* | | №42 ст 111 | Салат из моркови с курагой 30 | 30 | | 25,59 | 0,51 | 0,42 | 4,95 |
| | | №82стр133 | Суп картофельный с макаронными изделиями 200 | 200 | | 83,80 | 2,15 | 2,27 | 13,71 |
| | | №304стр271 | Плов из птицы 140 | 140 | | 261,05 | 10,21 | 11,02 | 26,71 |
| | | №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* | | ттк №49/1 | Кекс " Радуга " * 50 | 50 | | 228,50 | 3,10 | 13,90 | 22,80 |
| | | №271стр249 | Кнели рыбные 40 | 40 | | 45,50 | 5,45 | 1,67 | 2,22 |
| | | №199стр179 | Пюре гороховое с маслом 120/3 | 123 | | 199,00 | 10,65 | 5,35 | 27,35 |
| | | №123 | Чай с сахаром 180** | 180 | | 30,40 | 0,06 | 0,02 | 7,50 |
| | | 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 | | | | |