

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак*		№1 стр95	Бутерброд с маслом 10/30	40		231,40	4,76	7,16	35,41
		тнк№8/1	Омлет натуральный 130.	130		254,00	11,46	22,00	2,20
		Ш-сб № 395	Кофейный напиток с молоком 180**	180		80,60	2,85	2,41	11,87
Второй завтрак*		№401стр316	Снежок 100	100		51,00	2,60	2,50	4,50
Обед*		24стр90	Салат из свежих помидоров и огурцов 30	30		21,21	0,29	1,82	1,09
		№80стр132	Суп картофельный с пшеном 200	200		73,20	1,74	2,27	11,43
		№282ст256	Шницель рубленый из говядины 50	50		110,30	7,44	5,62	7,48
		№321стр246	Капуста тушеная 120	120		90,10	2,47	3,88	11,31
		№372стр304	Компот из свежих яблок + С вит 180**	180		71,90	0,14	0,14	17,51
			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*		№239стр202	Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом 40/30	70		102,40	5,39	5,45	7,95
		№315	Рис отварной 120	120		167,76	2,92	4,30	29,34
		№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
		тнк№174	Печенье "Курабье"* 50	50		256,00	3,80	14,30	36,45
<b>ВСЕГО:</b>						<b>151,00</b>			