

| 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    |
|                      |        | №2№168с184 | Каша гречневая вязкая<br>маслом, сахаром 150/5/5 | 160      |      | 166,00        | 4,67  | 4,86  | 25,80    |
|                      |        | Ш-сб № 395 | Кофейный напиток с молоком<br>180**              | 180      |      | 80,60         | 2,85  | 2,41  | 11,87    |
|                      |        | №213стр218 | Яйцо вареное 20                                  | 20       |      | 31,50         | 2,54  | 2,30  | 0,14     |
| Второй завтрак*      |        | №401стр316 | Бифидок 135                                      | 135      |      | 70,70         | 4,10  | 3,70  | 5,25     |
| Обед*                |        | №0180      | Салат "Радуга" 30                                | 30       |      | 28,26         | 0,59  | 1,57  | 4,00     |
|                      |        | № 85 №120  | Суп картофельный с клецками<br>200               | 200      |      | 69,80         | 1,67  | 2,68  | 9,71     |
|                      |        | т/к292     | Котлеты рубленые из птицы<br>"Крепыш" 50         | 50       |      | 82,50         | 6,63  | 4,48  | 3,91     |
|                      |        | №303стр240 | Каша вязкая пшеничная 120/5                      | 125      |      | 128,20        | 3,44  | 3,92  | 19,70    |
|                      |        | №376стр304 | Компот из кураги + С<br>витамином 180**          | 180      |      | 91,84         | 0,40  | 0,02  | 22,52    |
|                      |        |            | 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* |        |            | Печенье "Курабье"** 50                           | 50       |      | 256,00        | 3,80  | 14,30 | 36,45    |
|                      |        | №268стр247 | Суфле из рыбы 30 (минтай)                        | 30       |      | 47,80         | 4,77  | 2,65  | 1,22     |
|                      |        | № 321ст280 | Пюре картофельное 1/120с                         | 120      |      | 109,80        | 2,45  | 3,84  | 16,34    |
|                      |        | 123/1      | Чай с лимоном 180/3,5**                          | 183,5    |      | 31,50         | 0,12  | 0,02  | 7,71     |
|                      |        | т/к249     | Хлеб пшеничный 30                                | 30       |      | 65,10         | 2,01  | 0,30  | 13,59    |
|                      |        | №338стр253 | Яблоко свежее порционное<br>100                  | 100      |      | 44,00         | 0,40  | 0,40  | 9,80     |
| <b>ВСЕГО:</b>        |        |            |  |          |      | <b>151,00</b> |       |       |          |