

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 с соусом молочным сладким 130	130		277,50	18,12	13,40	21,12
		№123/2	Чай с молоком 180**	180		77,00	2,67	2,34	11,82
Второй завтрак*		к/р№60	Кефир 100	100		50,00	2,90	2,50	4,00
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
		№265стр217	Плов из говядины 140	140		307,16	13,69	16,51	25,96
		№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*		№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
		ттк №49/1	Кекс " Радуга " * 50	50		228,50	3,10	13,90	22,80

ВСЕГО: 179,00