

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 180**	180		30,40	0,06	0,02	7,50
Второй завтрак*		№401стр316	Бифидок 100	100		47,30	2,70	2,50	3,50
Обед*		№14стр100	Салат из свежих помидоров с репчатым луком 30	30		23,73	0,34	1,85	1,41
		№ 81стр133	Суп картофельный с горохом 200	200		122,64	7,20	4,59	13,30
		т/к№262	Бефстроганов из птицы 60	60		91,70	7,07	6,07	2,20
		№ 321ст280	Пюре картофельное 120	120		109,80	2,45	3,84	16,34
		№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*		№186	Каша гречневая с овощами 150	150		175,80	4,82	7,67	21,86
		№346стр257	Компот из апельсинов 180	180		124,74	0,40	0,09	30,59
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
		т/к№69/3	Корж " Маковый " * 50	50		263,00	3,70	14,30	29,90

ВСЕГО: 151,00