

| 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* | | №401ст316 | Йогурт 100 | 100 | | 75,00 | 2,93 | 2,50 | 10,20 |
| Обед* | | №14стр100 | Салат из свежих помидоров с репчатым луком 30 | 30 | | 23,73 | 0,34 | 1,85 | 1,41 |
| | | № 81стр133 | Суп картофельный с горохом и зеленью 200/2 | 202 | | 107,80 | 4,39 | 4,21 | 13,25 |
| | | ттк№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 |
| | | ттк№250 | Хлеб пшеничный 20 | 20 | | 43,40 | 1,34 | 0,20 | 9,06 |
| Уплотненный полдник* | | | Хлеб ржано-пшеничный 50 | 50 | | 120,20 | 3,70 | 0,50 | 25,23 |
| | | №186 | Каша гречневая с овощами 150 | 150 | | 175,80 | 4,82 | 7,67 | 21,86 |
| | | №399 | Сок фруктовый 200 | 200 | | 84,80 | 1,00 | | 20,20 |
| | | т/к249 | Хлеб пшеничный 30 | 30 | | 78,51 | 2,37 | 0,39 | 16,38 |
| | | | Пряник 1/40 | 40 | | 144,00 | 2,40 | 2,00 | 30,00 |

ВСЕГО:

179,00