

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 маслом, сахаром 150/5/5	160		166,00	4,67	4,86	25,80
		Ш-сб № 395	Кофейный напиток с молоком 180**	180		80,60	2,85	2,41	11,87
Второй завтрак*		к/р№60	Кефир 100	100		50,00	2,90	2,50	4,00
Обед*		23стр90	Салат из свежих помидоров 30	30		23,73	0,34	1,85	1,41
		138 стр.77	Суп картофельный с зеленым горошком и зеленью 200/2	202		118,60	4,39	4,21	13,23
		ттк№292	Котлеты рубленые из птицы "Крепыш" 50	50		68,60	7,19	5,58	7,20
		№303стр240	Каша перловая вязкая 125с	125		107,87	2,47	3,21	17,58
		№376стр304	Компот из кураги + С 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*		№268стр247	Суфле из рыбы 40 (минтай)	40		64,70	6,30	3,66	1,65
		№ 321ст280	Пюре картофельное 120	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		78,51	2,37	0,39	16,38
			Печенье "Песочное" 50	50		178,50	2,75	9,00	22,05
ВСЕГО:						179,00			