

| 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    |
|                      |        | ттк№8/1    | Омлет натуральный 130 шк.                 | 130      |      | 254,00       | 11,46 | 22,00 | 2,20     |
|                      |        | Ш-сб № 395 | Кофейный напиток с сахаром 180**          | 180      |      | 18,18        | 0,12  | 0,14  | 4,07     |
| Второй завтрак*      |        | №398ст.314 | Напиток из плодов шиповника 150**         | 150      |      | 57,85        | 0,51  | 0,21  | 13,48    |
| Обед*                |        | №20стр 103 | Салат из белокочанной капусты 30          | 30       |      | 26,22        | 0,42  | 1,52  | 2,70     |
|                      |        | №80стр132  | Суп картофельный с пшеном 200             | 200      |      | 73,20        | 1,74  | 2,27  | 11,43    |
|                      |        | ттк№240    | Каша гречневая с говядиной тушеной 150    | 150      |      | 198,60       | 9,57  | 8,60  | 20,74    |
|                      |        | №376стр304 | Компот из смеси сухофруктов + С вит 180** | 180      |      | 92,20        | 0,40  | 0,02  | 22,60    |
|                      |        |            | 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* |        | Таб №24    | Икра кабачковая консервированная 30       | 30       |      | 35,70        | 0,57  | 2,67  | 2,31     |
|                      |        | № 321ст280 | Пюре картофельное 120                     | 120      |      | 109,80       | 2,45  | 3,84  | 16,34    |
|                      |        | №123       | Чай с сахаром 180**                       | 180      |      | 30,40        | 0,06  | 0,02  | 7,50     |
|                      |        | т/к249     | Хлеб пшеничный 30                         | 30       |      | 78,51        | 2,37  | 0,39  | 16,38    |
|                      |        | ттк№174    | Печенье "Курабье" 50                      | 50       |      | 256,00       | 3,80  | 14,30 | 36,45    |

**ВСЕГО:****179,00**