

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
		№168стр184	Каша вязкая молочная Геркулес150/5	155		223,60	6,13	9,67	27,77
		Ш-сб № 395	Кофейный напиток с молоком 180**	180		80,60	2,85	2,41	11,87
			Хлеб пшеничный 20	20		43,40	1,34	0,20	9,06
Второй завтрак*		№401стр316	Снежок 100	100		51,00	2,60	2,50	4,50
Обед*		№ 57	Борщ с капустой и картофелем, сметаной и зеленью 200/5/2	207		90,10	1,58	4,67	10,37
		№282стр256	Шницель рубленный с соусом томатным 50/30	80		132,65	7,79	6,88	9,88
		№168стр184	Каша вязкая пшеничная 130	130		128,50	3,42	3,42	21,00
		№376стр304	Компот из смеси сухофруктов + С вит 180**	180		92,20	0,40	0,02	22,60
		т/к№249	Хлеб пшеничный 50	50		108,50	3,35	0,50	22,65
		т/к№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		80,40	3,08	0,56	15,08
Уплотненный полдник*		№126стр153	Картофель в молоке 200	200		197,86	4,50	9,14	24,40
		389№274	Сок фруктовый 200*	200		84,80	1,00		20,20
		т/к249	Хлеб пшеничный 100	100		217,00	6,70	1,00	45,30
		т/к№250	Хлеб ржано-пшеничный 50	50		100,50	3,85	0,70	18,85
		№338стр253	Яблоко свежее порционное 100	100		44,00	0,40	0,40	9,80
		т/к №49/1	Кекс " Радуга " * 50	50		228,50	3,10	13,90	22,80
ВСЕГО:					210,00				