

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
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
Второй завтрак*		к/р№60	Кефир 100	100		50,00	2,90	2,50	4,00
Обед*		т/к№180	Салат " Радуга " 50	50		47,10	0,98	2,62	6,00
		№82стр133	Суп картофельный с макаронными изделиями и зеленью 200/2	202		83,80	2,15	2,27	13,71
		т/к292	Котлеты рубленные из птицы " Крепыш " с соусом томатным 50/30 шк.	80		90,95	7,54	6,84	9,60
		№168стр184	Каша перловая вязкая 130	130		113,50	2,57	3,35	18,28
		№376стр304	Компот из кураги + С витамином 180**	180		91,84	0,40	0,02	22,52
		т/к249	Хлеб пшеничный 60	60		130,20	4,02	0,60	27,18
			Хлеб ржано-пшеничный 50	50		100,50	3,85	0,70	18,85
Уплотненный полдник*			Суфле из рыбы с соусом молочным 40/30 (минтай)	70		89,84	6,91	5,23	3,77
		№ 321ст280	Пюре картофельное 1/150	150		137,25	3,06	4,80	21,79
		№400стр315	Молоко кипяченое 180	180		102,00	5,48	4,88	9,07
		т/к№249	Хлеб пшеничный 50	50		108,50	3,35	0,50	22,65
		т/к	Печенье Антошка овсяное * 50	50		256,00	3,75	1,60	2,50
		№376стр304	Компот из изюма 200**	200		102,20	0,44	0,02	25,06

ВСЕГО:

210,00