

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	
		№185стр195	Каша жидкая молочная из рисовой крупы 150/5	155	185,26	3,76	7,91	24,66	
		№ 397	Какао с молоком 180**	180	96,70	3,67	3,19	13,33	
		№213стр218	Яйцо вареное 20	20	31,50	2,54	2,30	0,14	
Второй завтрак*		№401стр316	Ряженка 100	100	51,00	2,90	2,50	4,20	
Обед*		№41стр111	Салат из моркови с сахаром 50	50	26,15	0,62	0,04	5,80	
		№80стр132	Суп картофельный с перловой крупой и зеленью 200/2	202	82,60	2,00	2,23	13,60	
		ттк321№246	Капуста тушеная с цыплятами 40/160	200	218,08	12,80	12,08	14,54	
		№398стр.314	Напиток из плодов шиповника 180**	180	69,41	0,61	0,25	16,18	
		т/к249	Хлеб пшеничный 70	70	151,90	4,69	0,70	31,71	
			Хлеб ржано-пшеничный 50	50	100,50	3,85	0,70	18,85	
Уплотненный полдник*		ттк№116/3	Пирожное " Сахаринка " * 50	50	257,00	4,15	11,00	33,00	
		243стр206	Сосиски отварные 50	50	130,35	5,51	11,95	0,20	
		№168стр184	Каша вязкая из пшеничной крупы 155	155	159,00	4,27	4,86	24,43	
		№123	Чай с сахаром 180**	180	30,40	0,06	0,02	7,50	
		т/к249	Хлеб пшеничный 60	60	130,20	4,02	0,60	27,18	
		№376 стр304	Компот из изюма 180**	180	91,80	0,40	0,02	22,51	

ВСЕГО:

210,00