

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 манная молочная жидккая 200/5	205	235,00	5,50	9,95	30,85	
		№123/2	Чай с молоком 180**	180	77,00	2,67	2,34	11,82	
Второй завтрак*		№401стр316	Варенец 100	100	50,70	2,90	2,50	4,20	
Обед*		№76	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 200/5/2	207	104,70	1,81	4,84	13,45	
		№298с265	Голубцы ленивые из птицы. Соус сметанный 155	155	192,70	12,41	11,08	10,81	
		№ 321стр280	Пюре картофельное 120	120	109,80	2,45	3,84	16,34	
		№376стр304	Компот из кураги + С витамином 180**	180	91,84	0,40	0,02	22,52	
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30	65,10	2,01	0,30	13,59	
			Хлеб ржано-пшеничный 50	50	100,50	3,85	0,70	18,85	
Уплотненный полдник*		№94 стр138	Суп молочный с гречневой крупой 200	200	141,60	5,97	5,47	17,08	
		№123	Чай с сахаром 180**	180	30,40	0,06	0,02	7,50	
		т/к249	Хлеб пшеничный 40	40	86,80	2,68	0,40	18,12	
		ттк№105/1	Хлеб ржано-пшеничный 60	60	120,60	4,62	0,84	22,62	
		ттк№27/2	" Коржик Молочный " * 50	50	248,00	4,10	12,10	30,70	
		№376стр304	Компот из изюма 200**	200	102,20	0,44	0,02	25,06	
		№338стр253	Яблоко свежее порционное 100	100	44,00	0,40	0,40	9,80	

ВСЕГО:

210,00