

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак*		№2 стр82	Бутерброд с повидлом 10/30	40	172,24	4,23	0,66	38,62	
		№223стр189	Запеканка из творога с соусом молочным сладким 160	160	359,40	23,58	17,08	27,85	
		ттк123/2	Чай с молоком 200**	200	85,40	2,97	2,60	13,13	
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30	65,10	2,01	0,30	13,59	
Второй завтрак*		№401стр316	Йогурт 100	100	75,00	2,93	2,50	10,20	
Обед*		№42стр№111	Салат из моркови с курагой 50	50	32,10	0,73	0,05	7,17	
		№82стр133	Суп картофельный с макаронными изделиями и зеленью 200/2	202	83,80	2,15	2,27	13,71	
		№304стр271	Плов из птицы 60/140с	200	347,88	18,20	15,28	34,39	
		№376 стр304	Компот из изюма +С вит. 1/180**	180	91,80	0,40	0,02	22,51	
			Хлеб пшеничный 20	20	43,40	1,34	0,20	9,06	
		ттк№250	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	40,20	1,54	0,28	7,54	
Уплотненный полдник*		№271стр249	Кнели рыбные с соусом томатным 40/30(минтай)	70	67,85	5,80	2,93	4,62	
		№199стр179	Пюре гороховое с маслом 134	134	218,00	11,60	5,83	29,80	
		№123	Чай с сахаром 180**	180	30,40	0,06	0,02	7,50	
		т/к249	Хлеб пшеничный 70	70	151,90	4,69	0,70	31,71	
		ттк №49/1	Кекс "Радуга" * 50	50	238,00	3,00	14,00	25,00	
		№348стр257	Компот из кураги 1/200**	200	102,20	0,44	0,02	25,06	

ВСЕГО:

210,00