

прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	18	какша геркулесовая молочная с маслом	200 /10	1,50	249,00	7	8	28	
		80	омлет	22	9,30	68,00	5	5	0	
		113	какао с молоком	200	5,55	118,00	4	3	16	
	хлеб	82	батон нарезной	85	3,14	222,70	6	3	44	
		84	масло сливочное	10	4,29	66,00	0	7	0	
Завтрак 2	фрукты	235	груша	180	13,97	148,00	4	2	58	
		150	сок	200	6,32	76,00	1	0	20	
		201	печенье	30	13,00	106,00	1	1	23	
Обед	закуска	187	помидоры свежие	100	5,50	22,80	1	8	9	
	1 блюдо	8	суп с клецками на к/б	250	6,29	160,00	4	6	12	
		89	птица отварная	200	28,98	247,50	16	11	27	
	хлеб	75	макароны отварные с маслом	155	2,83	133,00	1	0	32	
		81	хлеб ржаной	100	1,92	198,00	7	1	31	
		75	компот из с/ф	200	2,83	133,00	1	0	32	
	Полдник		112	чай	200	1,15	73,00	0	5	15
		выпечка	109	пирожок с курагой	75	8,61	208,00	3	2	14
Ужин	гор.блюдо	139	котлета рыбная	120	25,94	113,80	14	3	11	
		67	картофельное пюре	200	13,37	154,20	5	6	23	
	закуска	132	салат из свеклы	100	7,95	88,60	3	5	1	
	хлеб	82	батон нарезной	85	3,14	222,70	6	3	44	
		84	масло сливочное	10	4,30	66,20	0	7	44	
		112	чай	200	1,15	73,00	0	0	0	
	Ужин 2			кефир	207	13,21	118,00	6	7	15
хлеб			батон нарезной	30	1,16	78,60	2	1	10	

Директор



А. Соколова