

| Прием пищи | Раздел    | № рец. | Блюдо  | Выход, г | Цена  | калорийность | Белки  | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|--------|--|----------|-------|--------------|--------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо | 95     | запеканка творожная с морковью со сгущеном молоком | 180 \ 30 | 42,97 | 367,00       | 25     | 17   | 22       |
|            |           | 40     | яйцо   | 40       | 6,72  | 62,00        | 5      | 4    | 0        |
|            | хлеб      | 111    | какао с молоком                                    | 200      | 6,59  | 118,00       | 3      | 2    | 20       |
|            |           | 82     | батон  | 85       | 3,14  | 222,70       | 6      | 3    | 44       |
|            |           | 84     | масло сливочное                                    | 10       | 4,29  | 66,00        | 0      | 7    | 0        |
| Завтрак 2  | фрукты    | 154    | апельсины  | 170      | 15,60 | 85,50        | 1      | 1    | 29       |
|            |           |        | бисквитное пирожное                                | 30       | 11,35 | 136,00       | 4      | 5    | 28       |
| Обед       | закуска   | 139    | помидор свежий                                     | 100      | 4,05  | 24,00        | 1      | 3    | 6        |
|            | 1 блюдо   | 5      | рассольник со сметаной на м/б                      | 250 \ 5  | 8,01  | 143,40       | 3      | 6    | 14       |
|            | 2 блюда   | 48     | запеканка картофельная с мясом                     | 207      | 50,94 | 320,00       | 18     | 20   | 5        |
|            |           | 75     | компот из с/ф                                      | 200      | 2,83  | 133,00       | 1      | 0    | 32       |
|            | хлеб      | 81     | хлеб ржаной  | 100      | 1,92  | 198,00       | 7      | 1    | 31       |
|            |           |        |  |          |       |              |        |      |          |
| Полдник    |           | 112    | сок  | 250      | 1,15  | 118,00       | 1      | 0    | 20       |
|            | выпечка   | 105    | пирожок с яблоком                                  | 75       | 8,65  | 221,10       | 5      | 6    | 44       |
|            |           |        | яблоко   | 135      | 6,30  | 48,00        | 1      | 0    | 20       |
|            |           |        |  |          |       |              |        |      |          |
| Ужин       | гор.блюдо | 88     | плов из птицы                                      | 205      | 28,98 | 316,00       | 20     | 22   | 36       |
|            | закуска   | 123    | салат из свеклы                                    | 100      | 7,95  | 51,20        | 2      | 5    | 7        |
|            | хлеб      | 82     | батон  | 85       | 3,14  | 222,70       | 6      | 3    | 44       |
|            |           | 84     | масло сливочное                                    | 10       | 4,30  | 66,20        | 0      | 7    | 44       |
|            |           | 112    | чай с молоком                                      | 200      | 4,45  | 103,60       | 4      | 3    | 150      |
|            | Ужин 2    |        | 115  | ряженка  | 200   | 32,30        | 120,00 | 6    | 7        |
| хлеб       |           | 82     | батон  | 30       | 1,16  | 70,60        | 2      | 1    | 10       |



Директор

*Г.А. Соколова*

Г.А. Соколова

