

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,66	160,86	5,54	3,15	27,53
		394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	4,99	49,42	1,89	1,58	6,81
		3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	9,06	77,06	3,42	2,43	10,24
II Завтрак		ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	73	10,84	44,20	0,40	0,40	9,90
Обед			САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	55	11,71	39,22	0,98	1,77	4,79
		88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	12,74	48,91	1,33	2,42	5,11
		331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,74	171,45	5,13	2,15	32,84
		277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	45,00	144,81	10,66	10,21	2,58
		402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,99	44,16	0,39	0,07	10,49
		ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	53	3,11	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин		335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	14,22	122,59	2,67	4,17	17,76
		240	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	65	27,30	112,48	11,14	1,77	12,97
		430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,76	16,55	0,16	0,00	3,99
		ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,13	140,86	2,77	0,28	31,82
		453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	55	10,77	171,96	3,22	3,03	37,67