

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	7,18	165,03	5,95	3,01	28,46
		394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	6,46	63,94	2,44	2,05	8,81
		3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	10,43	85,89	3,86	2,83	11,10
II Завтрак		ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	85	13,06	44,20	0,40	0,40	9,90
Обед			САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	8,63	36,35	0,80	1,77	4,27
		88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	13,34	43,48	1,34	1,92	4,89
		331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	2,12	166,35	5,13	1,59	32,83
		277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	34,58	114,82	8,54	7,90	2,42
		402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,47	57,37	0,50	0,09	13,62
		ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,53	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин		335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	14,09	118,76	2,59	4,04	17,21
		240	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	50	23,91	91,56	9,77	1,28	10,19
		430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,84	20,93	0,16	0,00	5,08
		ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,74	110,09	2,16	0,22	24,87
		453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	9,12	156,77	3,22	3,06	33,79