

| Прием пищи | Раздел | № рец.  | Блюдо                                  | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|--------|---------|----------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    |        | 184     | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ                  | 180      | 8,93  | 200,27       | 7,08  | 3,85  | 34,22    |
|            |        | 394     | ЧАЙ С МОЛОКОМ                          | 190      | 6,67  | 69,36        | 2,49  | 2,10  | 9,98     |
|            |        | 3       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                      | 35       | 11,68 | 99,56        | 4,41  | 3,13  | 13,26    |
| II Завтрак |        | ТК №010 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                          | 88       | 16,5  | 44,20        | 0,40  | 0,40  | 9,90     |
| Обед       |        |         | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ  | 55       | 12,29 | 37,24        | 1,05  | 1,58  | 4,68     |
|            |        | 88      | ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ    | 180      | 12,80 | 48,09        | 1,30  | 2,46  | 4,87     |
|            |        | 331     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ            | 125      | 4,75  | 162,26       | 4,90  | 1,92  | 31,33    |
|            |        | 277     | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                | 65       | 40,62 | 132,59       | 9,84  | 9,22  | 2,58     |
|            |        | 402     | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ            | 180      | 2,36  | 57,48        | 0,48  | 0,08  | 13,68    |
|            |        | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                   | 40       | 2,68  | 77,52        | 2,58  | 0,30  | 16,11    |
| Ужин       |        | 143     | КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ОГУРЦОМ СОЛЕНЫМ | 180/30   | 25,45 | 299,44       | 4,97  | 14,47 | 37,17    |
|            |        | 430     | ЧАЙ С САХАРОМ                          | 180      | 0,77  | 23,59        | 0,16  | 0,00  | 5,75     |
|            |        | ТК №003 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ             | 29       | 2,25  | 127,13       | 2,50  | 0,25  | 28,72    |
|            |        | 453     | ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА           | 55       | 9,94  | 162,91       | 3,14  | 2,98  | 35,49    |