

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	7,66	171,51	5,96	3,58	28,79
	Напиток	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	6,53	69,69	2,46	2,07	10,19
		3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	10,54	89,99	3,87	3,48	10,62
II Завтрак	Фрукты	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	16,53	44,20	0,40	0,40	9,90
Обед	Холодное блюдо		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	5,81	37,57	0,87	1,76	4,54
	1-е блюдо	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	8,65	51,96	1,33	2,47	5,12
	Гарнир	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,16	171,88	5,13	2,20	32,84
	2-е блюдо	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	42,44	145,03	10,66	10,24	2,58
	Напиток	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,67	24,40	0,00	0,00	6,10
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,25	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин	Гарнир	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	12,96	126,42	2,75	4,30	18,32
	2-е блюдо	240	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	65	25,67	77,44	10,11	2,39	4,61
	Напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,77	26,33	0,16	0,00	6,43
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,93	54,07	0,25	1,74	11,26
	Кондитерское изделие	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	8,06	151,47	3,26	3,12	32,44