

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	7,90	172,24	6,05	3,56	28,92
	Напиток	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	6,80	71,77	2,56	2,16	10,37
		3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	10,46	84,46	3,72	3,45	9,46
II Завтрак	Фрукты	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	14,5	44,20	0,40	0,40	9,90
Обед	Холодное блюдо		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	5,20	37,06	0,83	1,77	4,45
	1-е блюдо	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	8,35	53,19	1,35	2,54	5,15
	Гарнир	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,06	170,89	5,13	2,09	32,83
	2-е блюдо	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	65	39,64	136,29	9,99	9,57	2,58
	Напиток	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,66	24,40	0,00	0,00	6,10
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,49	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин	Гарнир	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	10,86	127,70	2,78	4,34	18,50
	2-е блюдо	240	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	60	24,84	76,27	9,74	2,33	4,85
	Напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,76	26,33	0,16	0,00	6,43
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	57,05	0,27	1,83	11,88
	Кондитерское изделие	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	55	9,18	167,15	3,28	3,12	36,32