

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	8,02	173,16	6,06	3,65	28,93
	Напиток	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	6,82	71,97	2,57	2,16	10,39
		3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	10,00	81,10	3,57	3,31	9,07
II Завтрак	Фрукты	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	14,25	44,20	0,40	0,40	9,90
Обед	Холодное блюдо		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	55	6,14	38,29	0,93	1,76	4,66
	1-е блюдо	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	8,16	51,82	1,33	2,46	5,12
	Гарнир	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,12	171,74	5,13	2,18	32,84
	2-е блюдо	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	65	38,03	131,91	9,56	9,28	2,58
	Напиток	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,66	24,41	0,00	0,00	6,10
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	43	2,57	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин	Гарнир	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	11,03	127,70	2,78	4,34	18,50
	2-е блюдо	240	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	65	26,08	80,43	10,12	2,49	5,24
	Напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,75	26,32	0,16	0,00	6,42
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,20	61,64	0,29	1,98	12,84
	Кондитерское изделие	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	9,05	158,45	3,26	3,11	34,16