

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	130	6,87	149,60	5,20	3,17	25,01
		394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	5,47	56,02	2,09	1,75	7,88
	Хлеб	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	11,04	95,02	4,08	3,65	11,29
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	30	3,59	21,75	0,43	1,10	2,52
	1-е блюдо	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	8,06	50,00	1,02	3,16	3,56
	Гарнир	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	95	2,96	116,83	3,45	1,64	22,05
		277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	29,67	104,97	7,56	7,58	1,65
	Напиток	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,02	19,35	0,00	0,00	4,84
Ужин	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	32	1,87	61,20	2,04	0,24	12,72
	Гарнир	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	7,66	91,62	2,29	2,19	15,63
	2-е блюдо	240	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	50	18,72	63,42	6,86	2,52	3,95
	Напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,56	20,64	0,11	0,00	5,06
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,54	43,05	0,20	1,38	8,97
	Кондитерское изделие	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	40	6,59	43,52	0,27	0,33	9,87