

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	7,82	172,74	6,02	3,65	28,88
	Напиток	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	6,67	71,07	2,52	2,12	10,31
		3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	11,57	92,26	4,03	3,70	10,52
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	50	6,82	36,69	0,80	1,75	4,40
	1-е блюдо	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	8,46	53,02	1,34	2,56	5,14
	Гарнир	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,14	171,98	5,13	2,21	32,84
	2-е блюдо	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	43,39	145,14	10,67	10,25	2,58
	Напиток	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,63	24,41	0,00	0,00	6,10
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,49	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин	Гарнир	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	11,97	127,70	2,78	4,34	18,50
	2-е блюдо	240	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	65	26,87	79,59	10,12	2,47	5,02
	Напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,74	26,35	0,16	0,00	6,43
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,36	59,05	0,28	1,90	12,30
	Кондитерское изделие	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	9,12	153,07	3,26	3,11	32,82