

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	7,78	170,47	5,94	3,49	28,74
	Напиток	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	6,47	69,27	2,43	2,05	10,15
		3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	12,05	92,09	4,09	3,83	10,10
II Завтрак	Фрукты	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	18,81	44,20	0,40	0,40	9,90
Обед	Холодное блюдо		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	7,27	37,65	0,88	1,76	4,55
	1-е блюдо	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	8,59	48,82	1,30	2,23	5,08
	Гарнир	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,02	171,14	5,13	2,12	32,84
	2-е блюдо	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	43,93	144,36	10,66	10,16	2,58
	Напиток	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,68	24,41	0,00	0,00	6,10
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,59	75,97	2,53	0,30	15,79
Ужин	Гарнир	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	13,09	126,42	2,75	4,30	18,32
	2-е блюдо	240	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	65	27,41	76,82	10,10	2,34	4,55
	Напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,75	26,32	0,16	0,00	6,42
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,24	53,45	0,25	1,72	11,13
	Кондитерское изделие	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	9,04	152,13	3,25	3,11	32,58