

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№297	Салат из моркови с яблоками	80/80		53	1	3	7
	гор.напиток		Омлет с сосиской	150/200		325	19	32	3
	хлеб	№41	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	70/70		181	7	7	22
		№13	Какао с молоком	200/200		93	3	3	14
					<b>96,90</b>				
Завтрак 2	фрукты		банан	200	<b>38,00</b>				
	напиток								
Обед	закуска	№89	Винегрет овощной	60/100		90	2	5	11
	1 блюдо	№132	Суп картофельный с крупой с мясом говядины (пшеничка)	200/250		149	7	6	18
	2 блюдо	№436	Куры тушеные в соусе	110/110		252	2	23	67
	сладкое	№639	Пюре из бобовых	150/180		256	17	4	37
	хлеб бел.		Напиток лимонный	180/180		66	0	0	17
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50/50		100	3	1	20
			Хлеб пшеничный	50/70		165	5	1	34
						<b>106,26</b>			
полдник			Плюшка новомосковская	100/160		467	12	9	82
	напиток		Чай с сахаром	200/200		57	0	0	15
						<b>19,42</b>			
ужин		№418	Салат луковый	60/100		3	0	0	1
	гарнир	№542	Минтай тушеный с овощами	90/130		187	20	10	4
	гор.напиток	№447	Картофельное пюре	150/180		187	4	7	26
	хлеб бел.		Кисель из концентрата	180/180		63	0	0	16
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	50/80		188	6	1	39
	к/м					<b>76,27</b>			
			Ряженка	200/200		170	6	12	0
			Кондитерские изделия(печенье)	30/30		124	3	3	21
						<b>48,48</b>			
		итого день проживающие:			<b>385,33</b>				