

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	73	Каша геркулесовая молочная с мас.сл.,изюмом	248	348,35	3,48	6,50	27,63
	гор.напиток	382	Какао	200	150,00	3,80	4,00	25,80
	хлеб		Батон пшеничный	50	132,00	3,75	1,45	25,35
	хлеб		Бутерброд с мас.сл.	50/10/25	315,84	9,41	17,71	31,87
Завтрак 2	фрукты		Бананы	261	250,56	3,92	1,31	54,81
	сок		Сок	200	90,00	1,00	0,00	20,00
Обед	закуска	88	Икра кабачковая	107	68,80	1,00	4,48	4,24
	1 блюдо	204	Суп картофельный пшеничный с мяс.отв.,сма с.сл.,сметаной	300/22	108,00	3,30	3,30	16,50
	2 блюдо	315	Капуста тушеная с мясом птицы	300/72	415,50	25,55	47,85	28,28
	напиток		Компот из сухофрукт	200	130,00	0,30	0,00	25,35
	хлеб бел.		Батон пшеничный	66	174,24	4,95	1,91	33,46
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	133	292,60	9,45	1,65	58,11
	Полдник	булочное		Зефир	50	198,00	1,10	6,15
			Яблоки	240	112,80	0,96	0,96	23,52
	напиток		Йогурт	165	115,50	6,65	2,48	14,02
Ужин	закуска		Салат из све	150	150,15	3,53	6,90	18,50
	гор.блюдо	229	Рыба тушеная в томате с овощами	150	281,25	26,00	14,72	12,24
	гарнир	73	Картофельное пюре	300	222,00	6,30	2,40	41,70
	напиток		Чай с лимоном	200	62,00	0,13	0,02	15,20
	хлеб бел.	1050	Батон пшеничный	50	132,00	3,75	1,45	25,35
	хлеб бел.		Бутерброд с мас.сл.	50/10	194,70	3,73	9,54	25,00

Директор:



Диетсестра:



Шефповар:

