

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ 150/20	170	45,8	328	13	15	30
	напиток	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК / КЕФИР	180	17,5	95	5	5	7
	хлеб бел.	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,1	71	2	0	15
	хлеб черн.	ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,9	41	1	0	9
	закуска	ТТК	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ / МАНДАРИНЫ	100	39,6	43	1	0	9
Обед	закуска	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	5,6	57	1	4	5
	1 блюдо	111	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	7,9	102	3	2	18
	гарнир	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	54,2	233	12	18	12
	напиток	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	7,8	102	4	3	15
	хлеб бел.	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,2	95	3	0	20
	хлеб черн.	ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,9	41	1	0	9
	сладкое		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ / ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	5,55	125	2	3	22
Полдник	гор.блюдо	192,5	ЗАПЕКАНУА ИЗ ОВСЯНОЙ И ПШЕННОЙ КРУП С ЯГ	150	48,5	202	8	8	30
	напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	180	2,1	37	0	0	9
	хлеб черн.	ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,9	41	1	0	9

