

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ /ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ/	14,95	80	1,0	0,0	2,0	11,0
	гор. блюдо	274	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	52,9	150	10,3	19,0	13,2	288,1
	напиток	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ВИШНЕВЫЙ	25,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4
	хлеб белый	пп	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2,68	40	3,1	0,3	20,1	94,7
	хлеб черный	пп	ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,16	30	2,0	0,3	12,7	61,2
			Итого за прием пищи:	98,09	600	16,9	19,8	67,0	537,8

ОБЕД (2 смена)

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ /ТОМАТЫ СВЕЖИЕ/	14,95	60	1,0	0,0	2,0	14,0
	1 блюдо	84	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	14,6	220	3,0	4,7	19,4	107,3
	2 блюдо	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	58,7	150	12,3	15,0	26,9	329,4
	напиток	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК / КЕФИР	15,3	180	5,2	4,5	7,2	95,4
	хлеб белый	пп	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,35	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	хлеб черный	пп	ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,88	40	2,6	0,4	17,0	81,6
			Итого за прием пищи:	109,78	760	25,4	26,4	88,4	659,8

ПОЛДНИК

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ПОЛДНИК	горячее	155	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	39,8	175	6,9	11,4	31,6	290,8
	напиток	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	2,5	180	0,2	0,0	7,4	31,1
	хлеб	пп	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,44	20	1,1	0,2	9,9	46,0
			Итого за прием пищи:	3,94	300	21,0	15,8	40,9	424,7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ /ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ/	18,69	100	1,0	0,0	3,0	14,0
	гор. блюдо	274	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	70,54	200	13,8	22,3	20,0	384,0
	напиток	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ВИШНЕВЫЙ	25,4	200	1,4	0,4	22,1	98,9
	хлеб белый	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2,68	40	3,1	0,2	20,1	94,7
	хлеб черный	ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,16	30	2,0	0,3	12,7	61,2
			Итого за прием пищи:	119,47	570	21,1	23,3	76,6	651,8

## ОБЕД (2 смена)

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ /ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ/	24,92	100	1,0	0,0	4,0	24,0
	1 блюдо	84	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	16,6	250	3,8	5,9	15,5	134,0
	2 блюдо	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	78,27	200	13,1	20,2	41,8	438,9
	напиток	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК /КЕФИР	15,3	180	5,2	4,5	7,2	95,4
	хлеб белый	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,35	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	хлеб черный	ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,6	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			Итого за прием пищи:	142,04	830	30,3	31,3	113,2	902,7

## ПОЛДНИК

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ПОЛДНИК	гор. блюдо	155	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	45,49	200	7,9	13,6	35,6	311,9
	напиток	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	2,5	180	0,2	0,0	7,5	32,1
	хлеб	ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,44	20	1,1	0,2	9,9	46,0
			Итого за прием пищи:	3,94	300	21,0	15,8	40,9	424,7