

| Прием пищи | Раздел       | № рец.  | Блюдо                                                                       | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|---------|-----------------------------------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо    | 690\694 | Салат из свеклы. Рыба припущенная.<br>Картофельное пюре со сливочным маслом | 330      |       | 608          | 26    | 27   | 65       |
|            | гор.напиток  | 865     | Напиток по сезону                                                           | 200      |       | 266          | 1     | 0    | 68       |
|            | хлеб         |         | Хлеб ржаной                                                                 | 50       |       | 94           | 0     | 0    | 2        |
|            | сок 1-4 кл.  |         | Сок                                                                         | 200      |       | 45           | 0     | 0    | 12       |
|            |              |         |                                                                             |          | 85,00 |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты       |         |                                                                             |          |       |              |       |      |          |
|            |              |         |                                                                             |          |       |              |       |      |          |
|            |              |         |                                                                             |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска      |         |                                                                             |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо      | 170     | Борщ из свежей капусты на мясном бульоне(курица)                            | 250      |       | 103          | 2     | 5    | 125      |
|            | 2 блюдо      | 286     | Тефтели с гречкой                                                           | 250      |       | 345          | 15    | 11   | 44       |
|            | гарнир       |         |                                                                             |          |       |              |       |      |          |
|            | сладкое      |         |                                                                             |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.    |         |                                                                             |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.   |         | Хлеб ржаной                                                                 | 50       |       | 94           | 0     | 0    | 2        |
|            | гор. напиток | 859     | Напиток из свежемороженой ягод                                              | 200      |       | 28           | 0     | 0    | 14       |
|            |              |         |                                                                             |          | 89,00 |              |       |      |          |