



№ рецепта	Наименование изделий (блюد)	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена блюд, руб.
1	2	3	4	5	6	7	8
	Завтрак						
182	Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	180/5	7,2	9,1	31,5	238	10,04
284	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,4	11,2	61	3,57
1	Бутерброд с маслом	30/10	2,4	8,6	14,6	146	8,54
0	Фрукты свежие (Груша)	120	0,4	0	10,7	63	22
	Итого за прием	545	11,4	19,1	68	508	44,15
	Обед						
7	Салат из белокочанной капусты и свеклы	60	0,75	4,5	3,75	52,5	5,16
ДО7ДГ19	Рассольник ленинградский со сметаной	200	1,73	10,67	25,33	244	10,14
МО7ЖЫК	Биточки (Котлеты) мясные с соусом	60/30	12,08	11	10,15	171	35,24
173	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10,4	6,8	45,4	288	13,0
295	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	6,99
0	Хлеб ржаной	30	2,48	0,45	12,53	65,17	1,95
0	Хлеб пшеничный	40	3,17	0,96	26,72	95,20	2,32
0	Вода питьевая (бутилированная вода)	200	0	0	0	0	4,40
	Итого за прием	1045	30,803	34,48	141,075	983,8675	79,20

Повар А.В. Гиндуллина