

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                                                 | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------------------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 173    | Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным | 210      | 71,20  | 194          | 7     | 10   | 22       |
|            | гор.напиток | 376    | Чай с сахаром                                                         | 200      |        | 28           | 0     | 0    | 14       |
|            | хлеб        |        | Батон пшеничный в/с                                                   | 60       |        | 140          | 5     | 1    | 29       |
|            |             | 15     | Сыр (порциями)                                                        | 15       |        | 55           | 3     | 4    | 0        |
|            | сладкое     |        | Джем/повидло                                                          | 20       |        | 58           | 0     | 0    | 14       |
|            |             |        | Молоко ультрапастеризованное                                          | 200      |        | 114          | 6     | 5    | 10       |
| Завтрак 2  |             |        |                                                                       |          |        |              |       |      |          |
|            |             |        |                                                                       |          |        |              |       |      |          |
|            |             |        |                                                                       |          |        |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     | 102    | Суп картофельный с бобовыми и курой отварной                          | 210      |        | 128          | 7     | 6    | 13       |
|            | 2 блюдо     | 255    | Печень по-Строгановски                                                | 90       |        | 167          | 10    | 10   | 3        |
|            | гарнир      | 302    | Греча отварная рассыпчатая                                            | 150      |        | 230          | 4     | 5    | 36       |
|            | закуска     | 71     | Томаты свежие порционно                                               | 60       |        | 49           | 2     | 4    | 1        |
|            | напиток     | 349    | Компот из смеси сухофруктов                                           | 200      |        | 94           | 0     | 0    | 25       |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный                                                        | 20       |        | 47           | 2     | 0    | 10       |
|            | хлеб черн.  |        | Хлеб ржано-пшеничный                                                  | 40       |        | 92           | 2     | 0    | 20       |
|            |             |        |                                                                       |          | 97,80  | руб.         |       |      |          |
|            |             |        | Итого:                                                                |          | 169,00 | руб.         |       |      |          |