

(Комплекс-весна)

Выход (г)	калорий нось	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>ПОЛДНИК</u>			
32	135	Печенье "Полезный завтрак" 32 г	19-38
150	118	йогурт	32-5
253		Итого за ПОЛДНИК	51-88
<u>ЗАВТРАК</u>			
200	326	омлет натуральный	42-45
10	74	масло сливочное	6-88
30	70	Повидло	4-5
200	81	чай с молоком	7-14
40	104	батон нарезной	4-13
40	70	хлеб ржасной	2-5
725		Итого за ЗАВТРАК	67-6
<u>ОБЕД 1</u>			
250	120	суп "Снежок"	22-76
150	153	рыба, тушенная в томате с овощами	44-45
200	200	картофель отварной в молоке	17-81
200	97	напиток из шиповника	6-38
60	141	хлеб пшеничный	2-03
40	70	хлеб ржасной	2-5
781		Итого за ОБЕД 1	95-93
<u>ОБЕД 2</u>			
250	115	суп из овощей с фасолью	19-88
100	282	Печень тертая	49-23
50	57	соус сметанный с томатом и луком	4-58
200	193	макаронные изделия отварные	14-55
200	60	чай с сахаром	2-55
60	141	хлеб пшеничный	2-03
40	70	хлеб ржасной	2-5
918		Итого за ОБЕД 2	95-32
		Итого за	310-73

И.О.
ДиректораБоровских
А.Н.заведующая
столовойГрибаникова
М.Е.