

**(Комплекс-весна)**

| Выход (г)             | калорийность | Наименование блюда                  | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------|--------------|-------------------------------------|-------------------------|
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b> |              |                                     |                         |
| 150                   | 118          | йогурт                              | 32-5                    |
| 40                    | 160          | Вафли 40 г                          | 24                      |
| Итого за ПОЛДНИК      |              |                                     | 56-5                    |
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b> |              |                                     |                         |
| 200                   | 326          | омлет натуральный                   | 43-64                   |
| 30                    | 70           | Повидло                             | 4-5                     |
| 10                    | 74           | масло сливочное                     | 6-88                    |
| 200                   | 81           | чай с молоком                       | 6-96                    |
| 40                    | 104          | батон нарезной                      | 4-13                    |
| 40                    | 70           | хлеб ржаной                         | 2-5                     |
| Итого за ЗАВТРАК      |              |                                     | 68-61                   |
| <b><u>ОБЕД 1</u></b>  |              |                                     |                         |
| 250                   | 120          | суп "Снежок"                        | 25-1                    |
| 150                   | 153          | рыба, тушеная в томате с овощами    | 44-42                   |
| 200                   | 200          | картофель отварной в молоке         | 17-16                   |
| 200                   | 97           | напиток из шиповника                | 6-2                     |
| 60                    | 141          | хлеб пшеничный                      | 2-69                    |
| 40                    | 70           | хлеб ржаной                         | 2-5                     |
| Итого за ОБЕД 1       |              |                                     | 98-07                   |
| <b><u>ОБЕД 2</u></b>  |              |                                     |                         |
| 250                   | 115          | суп из овощей с фасолью             | 18-56                   |
| 100                   | 282          | Печень тертая                       | 45-2                    |
| 50                    | 57           | соус сметанный с томатом и луком    | 5-4                     |
| 200                   | 275          | макаронные изделия отварные с сыром | 20-34                   |
| 200                   | 60           | чай с сахаром                       | 2-37                    |
| 60                    | 141          | хлеб пшеничный                      | 2-69                    |
| 40                    | 70           | хлеб ржаной                         | 2-5                     |
| Итого за ОБЕД 2       |              |                                     | 97-06                   |
| Итого за              |              |                                     | 320-24                  |

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