

(Комплекс)

Выход (г)	калорийность	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>ПОЛДНИК</u>			
150	118	йогурт	32-5
32	135	Печенье "Полезный завтрак" 32 г	19-38
	253	Итого за ПОЛДНИК	51-88
<u>ЗАВТРАК</u>			
200	326	омлет натуральный	47-4
10	74	масло сливочное	6-88
30	70	Повидло	4-5
200	81	чай с молоком	7-35
40	104	батон нарезной	4-13
40	70	хлеб ржасной	2-5
	725	Итого за ЗАВТРАК	72-76
<u>ОБЕД 1</u>			
250	120	суп "Снежок"	21-96
150	153	рыба, тушеная в томате с овощами	44-49
200	200	картофель отварной в молоке	17-79
200	60	чай с сахаром	3-38
60	141	хлеб пшеничный	2-03
40	70	хлеб ржасной	2-5
	744	Итого за ОБЕД 1	92-15
<u>ОБЕД 2</u>			
250	115	суп из овощей с фасолью	19-64
100	282	Печень тертая	45-11
50	57	соус сметанный с томатом и луком	5-66
200	193	макаронные изделия отварные	14-55
200	97	напиток из шиповника	6-6
60	141	хлеб пшеничный	2-03
40	70	хлеб ржасной	2-5
	955	Итого за ОБЕД 2	96-09
		Итого за	312-88

И.О.
ДиректораБоровских
А.П.заведующая
столовойТабачникова
М.Е.