

(Комплекс)

Выход (г)	калорийность	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>ПОЛДНИК</u>			
100	248	<i>Ватрушка с творогом 100 г</i>	33-75
200	92	<i>сок фруктовый (0.2л)</i>	37-16
	340	Итого за ПОЛДНИК	70-91
<u>ЗАВТРАК</u>			
170/30	191	<i>омлет с зеленым горошком</i>	57-95
10	74	<i>масло сливочное</i>	8-69
200	81	<i>чай с молоком</i>	9-03
40	105	<i>батон нарезной</i>	4-5
20	35	<i>хлеб ржаной</i>	2-73
	486	Итого за ЗАВТРАК	82-9
<u>ОБЕД 1</u>			
250	90	<i>суп крестьянский с крупой</i>	23-42
120	161	<i>Рыба, запеченная под молочным соусом</i>	66-15
200	180	<i>картофель отварной в молоке</i>	24-23
200	60	<i>чай с сахаром</i>	2-66
60	141	<i>хлеб пшеничный</i>	2-85
40	70	<i>хлеб ржаной</i>	2-73
	702	Итого за ОБЕД 1	122-04
<u>ОБЕД 2</u>			
250	78	<i>борщ с капустой и картофелем</i>	22-4
130	142	<i>птица отварная (бедро)</i>	67-07
200	185	<i>макароны отварные с овощами</i>	19-91
200	97	<i>напиток из шиповника</i>	10-17
60	141	<i>хлеб пшеничный</i>	2-85
40	70	<i>хлеб ржаной</i>	2-73
	713	Итого за ОБЕД 2	125-13
		Итого за	400-98



заведующая
столовой



Табатчикова
М.Е.