

(Комплекс)

Выход (г)	калорий кость	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>ПОЛДНИК</u>			
40	216	Батончик "Мишка на севере" 40 г	35-63
150	118	йогурт	29-25
200	60	чай с сахаром	2-93
394		Итого за ПОЛДНИК	67-81
<u>ЗАВТРАК</u>			
170/30	191	омлет с зеленым горошком	62-25
10	74	масло сливочное	8-13
200	81	чай с молоком	9-3
40	105	батон нарезной	4-5
20	70	хлеб ржаной	2-73
521		Итого за ЗАВТРАК	86-91
<u>ОБЕД 1</u>			
250	90	суп крестьянский с крупой	19-56
120	161	Рыба, запеченная под молочным соусом	59-6
200	200	картофель отварной в молоке	22-97
200	97	напиток из шиповника	10-28
60	141	хлеб пшеничный	2-85
40	70	хлеб ржаной	2-73
759		Итого за ОБЕД 1	117-99
<u>ОБЕД 2</u>			
250	76	борщ с капустой и картофелем	24-51
120	172	птица отварная (бедро)	64-92
200	185	макароны отварные с овощами	19-25
200	60	чай с сахаром	2-93
60	141	хлеб пшеничный	2-85
40	70	хлеб ржаной	2-73
704		Итого за ОБЕД 2	117-19
Итого за			389-9



заведующая
столовой



Табатникова
М.Е.