

(Комплекс)

Выход (г)	калорийность	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>ПОЛДНИК</u>			
200	80	<i>йогурт питьевой</i>	26-4
32	132	<i>Печенье "Полезный завтрак" 32 г</i>	20
Итого за ПОЛДНИК			46-4
<u>ЗАВТРАК</u>			
200	225	<i>омлет натуральный</i>	42-32
10	74	<i>масло сливочное</i>	9-48
30	55	<i>Повидло</i>	4-81
200	81	<i>чай с молоком</i>	8-12
20	105	<i>батон нарезной</i>	2-25
100	192	<i>банан</i>	18-13
Итого за ЗАВТРАК			85-11
<u>ОБЕД 1</u>			
250	120	<i>суп "Снежок"</i>	25-97
150	253	<i>рыба, тушеная в томате с овощами</i>	47-52
200	200	<i>картофель отварной в молоке</i>	23-63
200	97	<i>напиток из шиповника</i>	7-83
40	94	<i>хлеб пшеничный</i>	2-85
20	35	<i>хлеб ржаной</i>	2-71
Итого за ОБЕД 1			110-51
<u>ОБЕД 2</u>			
250	112	<i>суп из овощей с фасолью</i>	23-96
100	252	<i>Печень тертая</i>	54-38
50	27	<i>соус сметанный с томатом и луком</i>	5-9
200	175	<i>макаронные изделия отварные</i>	17-34
200	60	<i>сок</i>	2-87
40	94	<i>хлеб пшеничный</i>	2-85
20	35	<i>хлеб ржаной</i>	2-71
Итого за ОБЕД 2			110-01
Итого за			352-03



Гареева О.И.

заведующая
столовой

Табатчикова
М.Е.