

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо   | Выход, г | Цена       | Калорийность | Белки     | Жиры      | Углеводы  |
|------------|-------------|--------|---|----------|------------|--------------|-----------|-----------|-----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 207    | макаронны с сыром   | 200      |            | 272          | 9,56      | 8,58      | 39,24     |
|            |             | 1      | Бутерброд с шоколадным маслом                                       | 40       |            | 129,1        | 2,03      | 8,6       | 0,44      |
|            | закуска     |        |   |          |            |              |           |           |           |
|            | фрукты      |        | фрукты по сезонности  | 200      |            | 118          | 3         | 0,2       | 43,6      |
|            | гор.напиток |        | чай каркаде с яблоком   | 200      |            | 114,66       | 9,02      | 2,28      | 15,42     |
|            |             |        |   | 1-4 кл   |            | 67,20 руб.   |           |           |           |
| Обед       | закуска     | 43     | нарезка из свежей капусты и яблока                                  | 60/100   |            | 51           | 1,2       | 2,7       | 5,5       |
|            | 1 блюдо     |        | борщ куриный с фасолью  | 250      |            | 132,4        | 9,3       | 7,27      | 11,92     |
|            | 2 блюдо     | 608    | рыба тушеная  | 80       |            | 150          | 13,87     | 7,85      | 6,53      |
|            | гарнир      | 511    | рис отварной с морковью и луком                                     | 150/200  |            | 162,3/224,6  | 2,38/4,76 | 5,26/7,85 | 1,24/2,35 |
|            | хлеб бел.   |        | хлеб пшеничный  | 50       |            | 137          | 5,33      | 2,26      | 21,77     |
|            |             | 639    | компот из сухофруктов   | 200      |            | 110          | 10        | 0,06      | 35,2      |
|            |             |        | обед с охлаждённым напитком - 83,00 руб.<br>Обед соком - 88,00 руб. |          |            |              |           |           |           |
| Полдник    | гор.напиток | 693    | какао с молоком   | 200      |            | 177,56       | 4,62      | 4,02      | 43,8      |
|            |             | 469    | булочка "Московская"  | 60       |            | 179          | 3,64      | 26,96     |           |
|            |             |        |   |          | 16,00 руб. |              |           |           |           |