|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Вес****блюда** | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **Энергоцен-****ность** | **№****рецептуры** |
| **Завтрак :** |  |  |  |  |  |  |
| Сдоба обыкновенная | 60 | 5,0 | 3,7 | 37,2 | 193 | №288 |
| Чай с молоком | 180 | 2,65 | 2,33 | 11,31 | 77 | №394 |
| сыр | 15 | 23,2 | 29,5 | - | 360 | №7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **11:00 вареное яйцо** |  |  |  |  |  |  |
| **Обед :** |  |  |  |  |  |  |
| Суп с гречневой крупой | 250/15 | 4,7 | 4,63 | 19,32 | 134,29 | №80 |
| Отвар. макароны | 150 | 5,9 | 8,11 | 31,29 | 229,76 | №49 |
| Гуляш гарнир | 140 | 15,42 | 12,41 | 3,96 | 189 | №277 |
| хлеб | 45 | 2,13 | 0,33 | 13,92 | 68,7 | №1 |
| Чай с сахаром | 150\7 | 0,04 | 0,01 | 6,99 | 28,0 | №392 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник :** |  |  |  |  |  |  |
| Молочный рисовый суп | 100 | 2,53 | 3,13 | 8,98 | 73,45 | №94 |
| Хлеб с маслом | 25/7 | 2,34 | 7,76 | 14,53 | 139,1 | №3 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |