

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо		салат "шампиньоны"	60	10-00	58,5	2,9	4,4	3,8
			фруктодесерт	40	28-00	104,8	3,5	11,0	4,5
			каша гречневая	100	29-00	160,0	10,4	6,8	45,4
	Горячий напиток		чай с сахаром	200	3-30	35,0	0,2	0,0	9,1
			хлеб	25	3-30	81,0	2,0	0,0	15,0
	итого			25	4-30	69,0	2,0	1,0	13,0
					44-50	498,3			

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо		салат шампиньоны	100		100,0	1,5	4,4	6,4
			фруктодесерт	40		104,8	3,5	11,0	4,5
			каша гречневая	150		240,6	8,6	5,6	37,8
	Горячий напиток		чай с сахаром	200		35,0	0,1	0,0	9,1
			хлеб	25		81,0	4,2	0,0	32,0
					645,4				
Полдник			чай с сахаром	200		35,0	0,1	0,0	9,1
			батон	25		69,0	2,0	1,0	13,0
					152,5				



Горлов О.Г.
 Заведующая столовой: *Горлова О.Г.*