

приём пищи	наименование блюда	объем блюд	Кк
завтрак	Омлет с рисом	130/130	1898/1014
	Футерброд с маслом	30/36	104,9/43
	Чай	150/150	28,1/36
2-ой завтрак	Помидор	80	46,8
Итого за прием		390/446	
Калорийность			3945/1433
обед	Салат из св. помидор с огурцом	110/60	316/44,3
	Суп из овощей с курой и сметаной	150/200	104,3/139
	Судок куриное	50/60	115,4/215
	Картофель тушеный с маслом	100/100	118,5/118,5
	Компот из фруктов	150/150	34,8/44,6
Итого за прием		520/670	
Калорийность			5136/1829
уплотненный полдник	Ленивые голубцы в смет. соусе	120/160	301,7/369,9
	Молоко	150/150	91,7/110
Итого за прием		270/310	
Калорийность			2352/3089
Итого		1880/1436	12671/1529



В.И. Гусев