



И ступень

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
|------------|--------------|--------|--------------------------|----------|--------|--------------|--------|------|----------|-------|
| I ступень | гор. блюдо | 300 | хлеб с маслом в сметане | 100 | 15-64 | 112,1 | 18,8 | 5,9 | 5,9 | |
| | гор. блюдо | 300 | хлеб с маслом в сметане | 100 | 35-52 | 110,3 | 5,4 | 5,9 | 5,9 | |
| | хлеб | 575 | хлеб с маслом в сметане | 50 | 3-26 | 10,3 | 2,3 | 0,2 | 1,9 | |
| Завтрак | гор. напиток | 105 | вареники с мясом | 200 | 10-12 | 15,4 | 3 | 3,4 | 2,8 | |
| | фрукты | 82 | фрукты свежие | 100 | 25-00 | 11,5 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | |
| II ступень | ИТОГО: | | | | 120,05 | | | | | |
| | закуска | | | | | 522,8 | 29,3 | 11,3 | 62,8 | |
| | 1-блюдо | 130 | суп с мясом и картофелем | 200 | 14-18 | 68,1 | 10,9 | 6,7 | 10,3 | |
| | 2-блюдо | 206 | мясо с овощами | 200 | 65-68 | 156,6 | 10,6 | 6,7 | 10,3 | |
| | гарнир | 154 | картофель отварной | 100 | 22-16 | 18,15 | 11,2 | 2,1 | 2,1 | |
| | сладкое | 500 | хлеб с маслом в сметане | 50 | 3-26 | 10,3 | 3,1 | 0,1 | 2,1 | |
| | хлеб бел. | 574 | хлеб с маслом в сметане | 50 | 3-26 | 10,3 | 2,1 | 0,1 | 2,1 | |
| | хлеб черн. | 104 | хлеб с маслом в сметане | 200 | 19-20 | 16,6 | 2,1 | 0,2 | 2,1 | |
| | ИТОГО: | | | | | 123,10 | 683,1 | 28,8 | 16,5 | 104,7 |
| | | | | | | | 1206,9 | 58,4 | 33,8 | 169,8 |