

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша рассыпч. гречневая	210	285	8	12	37
	Кофейный напиток с молоком	200	100	3	3	16
	Батон	40/70	93	3	0	19
	Масло порциями	10	66	0	7	0
	Сыр порциями	20	72	5	6	0
Завтрак 2	Сок фруктовый	200	84	1	0	20
Обед	Салат из свеклы отварной	100	72	2	4	8
	Суп картофельный с клецками на кур. буль.	250	124	3	3	17
	Плов из птицы	200	305	17	10	35
	Компот из смеси сухофруктов	200	132	1	0	32
	Хлеб пшеничный	40/60	93	3	0	19
	Хлеб ржано-пшеничный	40/60	92	3	0	20
Полдник	Пирожок с капустой	75	146	5	2	27
	Кисель из сока	200	120	0	0	30
	Банан	180	67	1	1	0
Ужин	Огурцы свежие	60	12	1	0	2
	Печень жареная с маслом	55	12	9	2	147
	Капуста тушеная	150	258	4	12	33
	Чай без сахара	200	5	0	0	1
	Хлеб пшеничный	40/60	93	3	0	19
	Хлеб ржано-пшеничный	40/60	92	3	0	20
Ужин 2	Кефир	200	118	0	0	29

Директор

Е.В. Пронина

Диетсестра

А.В. Паутова

