

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	285	8	12	37
	Кофейный напиток с молоком	200	100	3	3	16
	Батон	50/70	93	3	0	19
	Масло порциями	10	66	0	7	0
	Сыр порциями	20	72	5	6	0
Завтрак 2	Вафли	20	156	1	7	21
	Кефир	200	118	0	0	29
	Груша	150	70	0	0	1
Обед	Сельдь с луком	100	140	10	13	3
	Рассольник ленинградский	250	118	2	5	16
	Запеканка картофельная с мясом с соусом	200/30	451	24	27	30
	Сок фруктовый	200	85	1	0	20
	Хлеб пшеничный	40/60	93	3	0	19
	Хлеб ржано-пшеничный	40/60	92	2	0	20
Полдник	Омлет натуральный	106	224	10	13	2
	Чай с сахаром	200	60	0	0	15
	Батон	20	47	2	0	10
Ужин	Винегрет овощной	60	75	0	6	5
	Печень тушеная в соусе	110	190	15	10	4
	Каша рассыпчатая гречневая	160	210	4	5	37
	Чай с лимоном	200	60	0	0	15
	Хлеб пшеничный	40/60	93	3	0	19
	Хлеб ржано-пшеничный	40/60	92	2	0	20
Ужин 2	Молоко, кипяченое	200	80	4	4	7

Директор

Е.В. Пронина

Диетсестра

А.В. Паутова

