

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
25-Каша "Рябчик"	130	128.39
25-Кофейный напиток с молоком	180	60.66
25--Бутерброд с маслом	35/6	131.25
10 ЧАСОВ		
25-,Кисломолочный напиток 100/130	100	50.90
ОБЕД		
25.-Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	40	40.25
25-Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	180	87.38
25-Суфле из печени	60	118.02
25-Рис отварной с овощами	110	153.75
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	65.23
25-Хлеб пшеничный	15	35.16
25-Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
25-Напиток из шиповника	180	50.98
25-Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем рыбным и рисом	50	156.34
УЖИН		
25-Голубцы ленивые	150	359.05
25-Чай с сахаром	180	20.06
25-Плоды свежие	55	22.44
25-Хлеб пшеничный	20	46.88

Итого калорийность: 1604.66 Ккал.

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
25-Каша "Рябчик"	200	182.48
25-Кофейный напиток с молоком	200	65.20
25--Бутерброд с маслом	45/6	149.88
10 ЧАСОВ		
25-,Кисломолочный напиток 100/130	130	67.76
ОБЕД		
25.-Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	60	63.94
25-Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	200	105.18
25-Суфле из печени	70	143.85
25-Рис отварной с овощами	150	210.74
25-Напиток с витаминами "Витошка" для детей	250	85.59
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	50	95.69
ПОЛДНИК		
25-Напиток из шиповника	200	62.00
25-Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем рыбным и рисом	60	191.38
УЖИН		
25-Голубцы ленивые	150	358.83
25-Чай с сахаром	200	24.07
25-Плоды свежие	55	19.37
25-Хлеб пшеничный	25	59.02

Итого калорийность: 1931.86 Ккал.