

ПГ.	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	17	60	0,7	10,1	2,0	61	0,03	5,0	0,00	4,5	18	33	13	0,5
	Суп с шпеном «В олотку»	155	200	1,3	3,0	10,2	96,2	0,1	3,0	0,00	9,4	30	166	61	1,4
	Бигочек «по-Печорски» с соусом красным основным	380	70/30	15,7	18,6	3,5	171	0,07	9,7	0,07	0,6	37	169	30	2,5
	Рис отварной	414	150	3,7	6,1	34	205	0,18	0,0	0,27	1,9	34	71	23	0,5
	Сок натуральный яблочный	518	200	1,0	0,2	0,2	92	0,01	2,0	0,00	0,0	7	0	0	1,4
	Хлеб пшеничный	108	35	7,6	0,8	49,2	82,3	0,11	0,0	0,00	1,1	20	65	14	1,1
	Итого за день:			30,0	38,8	99,1	707,5								