

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                             | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 125    | каша манная молочная жидкая       | 180      | 11,70 | 193          | 5     | 8    | 26       |
|            | гор.напиток | 148    | кофейный напиток с молоком        | 200      | 11,00 | 126          | 3     | 3    | 22       |
|            | хлеб        |        | хлеб ржано пшеничный              | 30       | 2,00  | 64           | 2     | 0    | 13       |
|            |             |        |                                   |          | 24,70 |              |       |      |          |
|            |             |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 24     | салат из свеклы с изюмом          | 100      | 6,00  | 120          | 1     | 5    | 21       |
|            | 1 блюдо     | 41     | щи из свежей капусты с картофелем | 200      | 19,00 | 69           | 2     | 3    | 8        |
|            | 2 блюдо     | 81     | фрикадельки Петушок               | 90       | 38,68 | 224          | 13    | 15   | 9        |
|            | гарнир      | 103    | каша гречневая рассыпчатая        | 180      | 10,00 | 325          | 11    | 6    | 57       |
|            | сладкое     |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.   |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  |        | хлеб ржано пшеничный              | 50       | 3,32  | 106          | 3     | 1    | 18       |
|            | напиток     | 156    | напиток лимонный                  | 200      | 4,00  | 93           | 0     | 0    | 24       |
|            |             |        |                                   |          | 81,00 |              |       |      |          |