

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	106	Каша пшенная вязкая с маслом	180		169,20	4,90	4,90	30,06
	гор.напиток	261	Чай с сахаром	180		40,00	0,10	0,00	9,99
	хлеб	2	Бутерброд с повидлом	55		155,57	2,49	3,93	27,56
Завтрак 2	кисло-молч		Йогурт	180		91,62	5,20	4,50	7,56
Обед	закуска	36	Салат из свеклы с изюмом	60		69,00	0,96	3,67	8,00
	1 блюдо	52	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со сметаной	200		156,32	7,14	9,50	10,56
	2 блюдо								
	гарнир	193	Запеканка картофельная с маслом	165		237,00	12,13	9,50	25,70
	гор.напиток	253	Компот из сушеных фруктов	180		101,68	0,40	0,02	24,98
	хлеб бел.		Хлеб ржано-пшеничный	50		86,25	3,30	0,60	16,70
	хлеб черн.								
полдник	муч.блюдо	293	Булочка "Веснушка"	75		226,00	5,86	4,59	40,40
	гор.напиток	261	Чай с сахаром	180		40,00	0,06	0,02	9,99
итого				1505		1372,64	42,54	31,73	211,50