

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша пшеничная молочная	200		282.79	8.80	7.08	45.75
	гор.напиток		Чай с сахаром	200		53.39	0.20	0.05	13.04
	хлеб		Хлеб пшеничный	40		94.00	3.04	0.32	19.68
	молочн.		Масло порционно	10		66.10	0.08	7.25	0.13
	сладкое		Печенье	50		220.00	3.90	7.69	34.65
Обед	закуска		Помидоры свежие порционные	60		14.40	0.66	0.12	2.28
	1 блюдо		Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200		86.01	1.61	4.67	9.35
	2 блюдо		Бризоль	90		350.45	23.95	23.86	8.25
	гарнир		Рожки отварные	150		222.48	6.41	3.66	40.94
	напиток		Компот ассорти	180		57.24	0.20	0.05	12.55
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30		94.00	3.04	0.32	19.68
	хлеб черн.		Хлеб ржано- пшеничный	30		103.60	3.40	1.32	19.32
Полдник	хлеб бел.		Сдоба обыкновенная	100		372.60	9.90	7.49	66.49
	напиток		Чай с лимоном	200		54.75	0.24	0.06	13.16
					176.9				

