

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком	170		400.47	22.81	13.20	46.44
	гор.напиток		Чай с лимоном	200		54.75	0.24	0.06	13.16
	хлеб		Хлеб пшеничный	40		94.00	3.04	0.32	19.68
	сладкое		Сок 200 мл в инд. уп.	200		90.00	0.00	0.00	22.40
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		Котлеты рубленые из мяса	90		288.74	12.74	20.75	12.42
	гарнир		Пюре из бобовых с маслом	150		250.69	17.28	4.10	36.13
	напиток		Компот из свежих яблок	180		64.80	0.14	0.14	15.50
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30		70.50	2.28	0.24	14.76
	хлеб черн.		Хлеб ржано- пшеничный	30		77.70	2.55	0.99	14.49
Полдник	хлеб бел.		Пиорожок с капустой и яйцом	100		363.10	12.92	14.51	45.18
	напиток		Чай с сахаром	200		53.39	0.20	0.05	13.04
					176.9				

