

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Биточки мясные с томатным соусом	120		343.06	13.08	25.78	14.40
	гор.напиток		Чай с сахаром	200		53.39	0.20	0.05	13.04
	гарнир		Спагетти отварные	150		198.82	5.64	3.56	36.01
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40		94.00	3.04	0.32	19.68
Обед	закуска		Огурцы свежие порционные	60		6.60	0.42	0.06	1.14
	1 блюдо		Суп картофельный свермишью на курином бульоне	200		76.48	4.18	2.28	9.95
	2 блюдо		Рыба тушеная с овощами	90		106.02	12.20	5.70	1.48
	гарнир		Картофельное пюре	150		141.57	3.25	3.83	23.43
	напиток		Кисель	180		88.11	0.00	0.00	21.76
	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	конд.изделие		Ватрушка с повидлом	100		420.75	7.65	10.44	75.66
	напиток		Чай с лимоном	200		54.75	0.24	0.06	13.16
					176.9				

