

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	291	плов из птицы	200		257	10	10	32
	закуска	49	салат Витвминный	60		93	2	4	13
	гор напиток	383/акт	кисель	200		119	4	6	19
	хлеб	пр	пшеничный	40		118	3	0	20
	итого			500	91,52	587	19	20	84
Завтрак 2									
Обед	закуска	67	Винегрет овощной	60		75	1	7	4
	1 блюдо	108/109	суп картофельный с клецками и зеленью	200		78	3	2	14
	2 блюдо	268/759	Шницель из мяса с соусом	100		196	7	12	11
	гарнир	302/171	каша гречневая рассыпчатая	150		211	9	6	33
	напиток	348	компот из кураги	200		115	1	0	28
	хлеб бел.	ПР	пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	ржано пшеничный	30		67	2	0	12
	итого			770	128,14	823	25	27	117
	итого за день			1270	219,66	1410	44	47	201