

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	120	суп молочный с вермишелью	200/5		264	9	12	35
	гор.напиток	376	чай с сахаром	200		106	3	1	8
	хлеб	ПР	пшеничный	35		81	2	0	15
	закуска	3	бутерброт с сыром	60		101	5	5	10
			итого	500	91,52	552	19	19	68
Обед	закуска	49	салат витаминный	60		93	2	4	13
	1 блюдо	103	суп картофельный с вермишелью	200/1		145	2	5	14
	2 блюдо	270	котлеты московские	100		194	9	11	21
	гарнир	302/171	каша гречневая рассыпчатая	150		211	9	6	33
	напиток	АКТ	компот из свежзамороженных ягод	200		32	1	0	8
	хлеб бел.	ПР	пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	ржано пшеничный	30		67	2	1	13
			итого	771	128,14	823	27	27	117
			итого за день	1271	219,66	1375	46	46	185