

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	каша вязкая молочная пшенная	205		283	8	12	37
	закуска	3	бутерброд с сыром	60		101	4	6	10
	гор.напиток	382	какао с молоком	200		85	4	1	18
	хлеб	ПР	хлеб пшеничный	40		118	3	0	20
			итого	505	100,00	588	19	19	83
Обед	закуска	ПР	икра кабачковая	60		80	2	7	9
	1 блюдо	388/625	уха рыбацкая	216		191	4	8	14
	2 блюдо	291	плов из птицы	240		271	15	12	35
	гарнир								
	напиток	349	компот из смеси сухофруктов	200		133	1	0	32
	хлеб бел.	ПР	пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	ржано пшеничный	30		67	2	1	13
			итого	776	138,00	822	26	28	117
			итого за день	1281	238,00	1410	45	47	201