

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	259	жаркое из птицы	240		209	12	10	23
	гор.напиток	376	чай с сахаром	200		106	3	1	8
	хлеб	ПР	пшеничный	45		108	3	4	20
	закуска	ПР	вафли	60		155	1	5	16
			итого	545	100,00	579	19	20	67
Обед	закуска	46	салат из белокачанной капусты с яблоком	60		54	0	3	7
			борщ из свежей капусты с картофелем сметаной						
	1 блюдо	82	зеленью	206		151	4	7	12
	2 блюдо	268/759	шницель из мяса с соусом	100		196	7	12	11
	гарнир	199	пюре из бобовых с м/растит	150		185	9	4	30
	напиток	389	сок фруктовый в ассортименте	200		35	0	0	30
	хлеб бел.	ПР	пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	ржано пшеничный	30		67	2	1	13
			итого	776	138,00	769	25	28	117
			итого за день	1321	238,00	1348	44	47	184