

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	184	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/5		264	9	7	41
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	30/10		103	6	2	15
	напиток	432	Кофейный напиток	200		107	2	1	22
Завтрак 2	молочн. прод	к/к	Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя ,массовая доля жира 2,5%	125		103	3	3	16
			Итого за прием пищи		68,50				
Обед	закуска	20	Салат из огурцов соленых с маслом растительным	80	20,00	54	2	4	2
	1 блюдо	95	Суп овощной со сметаной и гренками	200/10/15	15,00	143	4	5	20
	2 блюдо	314/366	Котлета рубленая из птицы с соусом молочным	100	48,00	252	17	13	16
	гарнир	335	Картофельное пюре	150	18,00	141	3	5	20
	напиток	399	Компот из апельсинов	200	10,00	141	1	0	34
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,00	93	2	0	20
			Итого за прием пищи		119,50				
			Итого за день		188,00				