

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный	140		262	13	22	3
	гор.напиток	433	Какао с молоком	200		133	3	3	25
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	30/5		108	2	4	15
Завтрак 2	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40		93	2	0	20
		к/к	Иогурт фруктовый в индивидуальной упаковке производителя массовая доля жира 2,5%	125		103	3	3	16
			Итого за прием пищи		63,00 руб				
Обед	закуска	40	Салат из квашеной капусты с маслом растительным (до 01.03 с репчатым луком, с 01.03 с луком зеленым)	80		67	1	4	6
	1 блюдо	98	Суп картофельный с рыбой	200/10		108	4	3	16
	2 блюдо	291	Плов из птицы	200		298	18	9	36
	гарнир								
	сладкое	394	Компот из свежих яблок	200		114	0	0	28
	хлеб бел.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40		93	2	0	20
	хлеб черн.	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30		71	2	0	15
			Итого за прием пищи		110,00 руб				
			Итого за день		173,00руб				