

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50	Салат "Свеколка"с маслом растительным	100		184	8	10	15
	1 блюдо	100	Суп картофельный с макаронными изделиями, сметаной и курой	250/10/10		157	6	5	21
	2 блюдо	272/364	Шницель рубленый из говядины с соусом томатным	120		265	15	16	14
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	180		247	4	6	45
	напиток	401	Компот из кураги	200		142	1	0	34
	фрукты	к/к	Яблоко свежее	120		56	0	0	13
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50		116	3	1	25
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30		71	2	0	15
		к/к	Яблоко свежее	120		56	0	0	13
			Итого за день		188,00				