

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	184	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200/5		286	9	9	43
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	30/10		103	6	2	15
	напиток	432	Кофейный напиток	200		107	2	1	22
Завтрак 2	фрукты	к/к	Яблоко свежее	120		56	0	0	13
			Итого за прием пищи		68,50				
Обед	закуска	50	Салат "Свеколка"с маслом растительным	80		147	6	8	12
	1 блюдо	100	Суп картофельный с макаронными изделиями, сметаной и курой	200/10/10		134	6	5	16
	2 блюдо	272/364	Шницель рубленый из говядины с соусом томатным	100		232	14	14	12
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	150		206	4	5	38
	напиток	401	Компот из кураги	200		142	1	0	34
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40		93	2	0	20
			Итого за прием пищи		119,50				
			Итого за день		188,00				