

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71/1	Огурец свежий (кусочком)	100		12	1	0	2
			Щи из свежей капусты с картофелем ,сметаной						
	1 блюдо	84	и курой	250/10/10		116	5	7	8
	2 блюдо	256	Печень по-строгановски	150		292	27	16	10
	гарнир	325	Рис отварной	180		244	4	8	39
	напиток	402	Компот из сухофруктов с витамином "С"	200		130	1	0	32
	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
			Итого за день		188,00				