

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	40	Салат из квашеной капусты с маслом растительным	100		83	2	5	8
	1 блюдо	98	Суп картофельный с рыбой	250/10		133	5	4	20
	2 блюдо	291	Плов из птицы	280		418	25	13	51
	напиток	394	Компот из свежих яблок	200		114	0	0	28
	напиток	к/к	Молочный коктейль в инд. упаковке	200		158	7	6	20
	кондит.изд	к/к	Зефир витаминизированный в инд. упаковке	35		82	0	0	21
	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				