

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	184	Каша манная молочная с маслом сливочным	200/5		245	7	7	38
	напиток	433	Какао с молоком	200		133	3	3	25
	хлеб	2	Бутерброд с повидлом	30/5/20		163	3	4	29
Завтрак 2	фрукты	к/к	Банан свежий	150		142	2	1	32
			Итого за прием пищи		68,50				
Обед	закуска	52	Салат из свеклы с маслом растительным	80		74	1	5	7
	1 блюдо	84	Щи из свежей капусты с картофелем ,сметаной и курой	200/10/10		97	5	6	6
	2 блюдо	235	Рыба запеченная с картофелем по-русски	200		183	12	9	14
	напиток	401	Компот из кураги	200		142	1	0	34
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40		93	2	0	20
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30		71	2	0	15
			Итого за прием пищи		119,50				
			Итого за день		188,00				