

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	15	салат из свеклы с чесноком	60	3,87	63	1	4	5
	1 блюдо	129	рассольник со сметаной и говядиной(25)	200	50,43	217	4	13	15
	2 блюдо	330	шницель рыбный(ф.минтая)	90	61,67	91	13	5	3
	гарнир	4	каша пшеничная	150	6,51	229	2	5	38
	сладкое		сок фрукт. Конс.	200	11,66	80			20
	хлеб бел.	134	Хлеб пшеничный	50	3,31	119		2	24
	хлеб черн.	142	Хлеб ржаной	40	2,56	79		1	16
			ИТОГО		140,01				