

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	10	капуста квашенная	60	11,61	8			1
	1 блюдо	153	суп с пшеном,яйцом,сметаной и птицей(25)	200	50,04	231	11	12	20
	2 блюдо								
	гарнир	320	картофель запеченный с рыбой(ф.м)	280	80,83	149	3	5	22
	сладкое	588	сок фруктовый	200	13,50	80	1		10
	хлеб бел.	134	Хлеб пшеничный	50	3,31	133	5	2	23
	хлеб черн.	142	Хлеб ржаной	40	2,56	104	3	1	17
			ИТОГО		161,85				