

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	27	салат из свеклы с соленым огурцом	60	6,07	65	1	5	4
	1 блюдо	138	суп фасолевый с говядиной (25)	200	48,92	161	8	11	8
	2 блюдо	390	мясо(свинина) тушенная (50/40)	90	42,78	235	9	4	4
	гарнир	4	каша пшеничная вязкая	150	6,51	229	2	5	38
	сладкое	585	компот из свежих плодов (яблок)	200	6,05	110			27
	хлеб бел.	134	Хлеб пшеничный	50	3,31	119	4	0	24
	хлеб черн.	142	Хлеб ржаной	40	2,56	79	3	0	16
			ИТОГО		116,20				