

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	6,11	65	1	5	4
	1 блюдо	110	борщ со сметаной и говядиной	200	67,08	192	10	13	9
	2 блюдо	416	котлеты мясные (свинина)	120	59,17	159	2	4	24
	гарнир	469	макаронные изд. Отварные	150	7,11	191	6	3	35
	сладкое	646	напиток лимонный	200	4,52	38			10
	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		149,86				