

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 сол. Огурцами	60	5,85	65	1	5	4
	1 блюдо	110	Борщ со сметаной и говядиной(25)	200	50,10	192	10	13	9
	2 блюдо	406	сердце тушеное в соусе 0,075/0,050	125	66,93	221	18	12	8
	гарнir	469	макароны отварные	150	7,08	191	6	3	35
	сладкое	588	компот из сухофруктов	200	6,55	38	1		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		142,38				