

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"Витаминный"	60	7,99	79	1	6	5
	1 блюдо	110	борщ со сметаной и говядиной	200	51,41	192	10	13	9
	2 блюдо		рыба навага запеченая	170	59,09	112	13	7	
	гарнир	472	пюре картофельное	150	17,86	149	3	5	22
	сладкое	588	компот из с/фр	200	6,57	38	1		10
	хлеб бел.	134	Хлеб пшеничный	50	3,71	119	5	2	23
	хлеб черн.	142	Хлеб ржаной	40	2,80	79	3	1	17
			ИТОГО		149,43				