

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	362	Пудинг творожный со сгущенным молоком	160	63,69	340	12	10	54
	гор.напиток	23	Кофейный напиток	200	8,53	107	2	1	22
	хлеб	4	Батон нарезной	25	4,57	67	2	1	13
	Хол. Блюдо	3	Бутерброд с сыром	40	10,73	92	2	4	10
	фрукты	т/к	Апельсин	100	26,98	25	0	0	6
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50	Салат "Свеколка"	80	10,87	147	6	8	12
	1 блюдо	99	Суп из овощей с курой и сметаной	270	17,55	107	5	4	10
	2 блюдо	255	Биточки рыбные запеченые	100	77,40	167	9	5	7
	гарнир	511/595	Рис отварной, соус молочный	210	19,39	244	4	7	39
	сладкое	8	Компот из плодов и ягод сушеных	200	7,66	142	1	0	34
	хлеб бел.	4	Батон нарезной	40	7,32	100	3	1	18
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	5,01	103	3	0	20
	Фрукты	103	Яблоко	100	13,95	44	0	0	9
	Сладкое	57	Пряники	50	12,65	175	2	2	39