

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	362	Пудинг творожный со сгущенным молоком	210	84,02	440	18	15	56
	гор.напиток	23	Кофейный напиток	200	9,46	107	2	1	22
	хлеб								
	Хол. Блюдо	3	Бутерброд с сыром	40	14,82	92	2	4	10
	фрукты	т/к	Апельсин	100	26,30	25	0	0	6
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50	Салат "Свеколка"	100	26,67	184	8	10	15
	1 блюдо	99	Суп из овощей с курой и сметаной	315	20,88	129	6	5	12
	2 блюдо	255	Биточки рыбные запеченые	120	94,96	201	11	6	9
	гарнир	511/595	Рис отварной, соус молочный	230	21,09	271	4	8	43
	сладкое	8	Компот из плодов и ягод сушеных	200	7,66	142	1	0	34
	хлеб бел.	4	Батон нарезной	50	9,15	134	4	1	26
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	65	6,78	144	4	1	30
	Хол. Блюдо	103	Яблоко	100	14,61	44	0	0	9
	Сладкое								