

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	229	Рыба тушеная в томате с овощами	100		99.00	9.10	4.80	4.80
	Гарнир	312/71	Картофельное пюре с огурцом свежим	150		180.90	3.10	5.10	18.60
	напиток	376	Чай с сахаром	200		60.00	0.10	0.00	15.00
	хлеб		Хлеб пшеничный	50		106.00	4.00	0.60	21.00
					78.68				
Завтрак 2									
Обед	Закуска	1*	Салат Витаминка	60		57.00	0.09	3.00	6.60
	1 блюдо	82	Борщ с капустой картофелем сметаной	205		100.10	1.59	4.92	16.33
	2 блюдо	288/331	Птица тушеная в соусе	90		189.00	12.50	13.95	3.42
	Гарнир	202/309	Макароны отварные	150		179.40	5.30	4.80	28.60
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200		87.60	0.10	0.00	21.80
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30		63.60	2.40	0.40	12.60
	Хлеб черн.		Хлеб ржаной	20		39.00	1.30	0.20	8.00
					110.17				