

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша молочная пшенная	200	28,6	170,36	6,36	7,23	22,82
	гор.напиток		Чай с лимоном	203	6,34	39,98	0,01	0,00	9,98
	хлеб		Свежий пшеничный	20	1,69	44,20	0,89	0,17	9,26
			Пирог Царский	100	71,07	217,13	8,36	9,17	27,15
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Овощи консервированные без уксуса на подгарнировку	60	28,5	6,90	0,50	0,10	1,00
	1 блюдо		Суп с птицей, крупой и овощами	200	26,78	194,63	5,07	9,43	19,09
	2 блюдо		Гуляш из птицы	90	62,27	267,36	12,09	11,75	17,56
	гарнир		Макаронные изделия отварные	150	12,07	116,00	3,52	1,90	20,08
	напиток		Компот из сухофруктов	180	5,4	90,70	0,60	0,08	21,52
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Свежий ржаной	40	3,38	55,25	2,24	0,44	23,16
				523	107,7	471,67	15,62	16,57	69,21
				720	138	731	24	24	102
					246,1				