

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Суп гороховый с птицей	200	19,76	152,25	7,10	8,60	16,70
	гор.напиток		Напиток ягодный	200	19,9	39,98	0,01	0,00	9,98
	хлеб		Свежий ржаной	20	1,69	41,30	0,70	0,10	9,40
			Яблоко	180	45,63	85,00	0,66	0,38	14,25
			Улитка с корицей	50	20,72	155,24	6,97	7,46	17,09
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Яйцо отварное	40	18,4	62,80	5,20	4,80	4,50
	1 блюдо		Свекольник с птицей и сметаной	220	27,98	172,63	4,82	7,18	11,39
	2 блюдо		Гречка по-купечески	180	76,49	280,17	9,52	11,98	30,71
	гарнир								
	напиток		Напиток из кураги	200	10,46	90,70	0,60	0,08	21,52
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	20	1,69	44,20	0,89	0,17	9,26
	хлеб черн.		Свежий ржаной	40	3,38	55,25	2,24	0,44	23,17

650107,7473,7715,4416,5467,42

7001387062325101

246,1