

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Биточек мясной, макаронные изделия отварные	240	82,55	271,20	11,49	13,19	30,95
	гор.напиток								
	хлеб		Чай с лимоном	200	4,2	83,01	0,50	0,00	14,03
			Свежий пшеничный	25	2,11	56,74	1,97	0,25	13,28
			Печенье индивид. Упак.	50	18,84	78,00	2,20	2,80	10,00
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Рассольник Ленинградский с птицей, сметаной и зеленью	230	31,22	230,91	9,36	12,52	25,84
	2 блюдо		Тефтель мясной	90	71,21	153,03	8,06	8,16	17,52
	гарнир		Рагу из овощей	150	25,03	167,00	2,90	2,58	11,45
	напиток		Чай Витаминный	200	5,87	55,46	0,27	0,05	13,46
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	20	1,69	44,20	0,89	17,00	9,26
	хлеб черн.		Свежий ржаной	40	3,38	55,25	2,24	0,44	23,16
				515	107,7	488,95	16,16	16,24	68,26
				730	138	706	24	41	101
					246,1				