

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Тефтель мясной, гречка отварная	240	81,08	177,25	4,00	6,14	23,69
	гор.напиток		Чай Витаминный	200	6,29	55,46	0,27	0,05	13,46
	хлеб		Свежий пшеничный	20	1,69	44,20	0,89	0,17	9,26
			Витушка с повидлом из слоенного теста	40	18,64	111,20	3,55	5,23	15,63
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Свекольник с птицей и сметаной	250	24,8	168,05	4,82	7,18	11,39
	2 блюдо		Пельмени Домашние с маслом сливочным	180	98,07	360,45	15,38	16,78	35,21
	гарнир								
	напиток		Напиок 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	23,16

500107,7388,118,7111,5962,04

6901387192425101

246,1