

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша молочная рисовая	200	24,36	180,00	2,64	5,06	25,29
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	1,95	39,98	0,01	0,00	5,98
	хлеб		Свежий ржаной	20	1,69	55,25	1,12	0,22	11,58
			Пирог Царский	100	66,57	217,13	8,36	9,17	27,15
			Бутерброд с маслом	25	13,13	73,00	1,48	6,17	9,13
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Солянка сборная мясная	250	54,25	204,87	6,91	7,50	30,36
	2 блюдо		Жаркое по-домашнему	200	67,79	328,56	13,20	15,64	28,68
	гарнир								
	напиток		Напиток из ягодно-яблочной смеси	200	11,29	63,14	0,27	0,09	15,21
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	40	3,38	88,40	1,79	0,35	18,53
	хлеб черн.		Свежий ржаной	20	1,69	55,25	1,12	0,22	11,58
				545	107,7	565,36	13,61	20,62	79,13
				710	138	740	23	24	104
					246,1				