

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Колбаска мясная, макаронные изделия отварные	240	77,16	252,02	10,84	9,82	37,60
	гор.напиток		Какао с молоком	200	21,28	87,05	2,80	2,54	12,58
	хлеб		Свежий пшеничный	20	1,69	44,20	0,89	0,17	9,26
			Бутерброд с повидлом	25	7,57	95,63	1,56	4,00	9,02
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп с птицей, крупой и овощами	220	34,65	148,63	6,42	6,34	22,14
	2 блюдо		Гуляш из птицы	90	78,75	251,36	12,19	12,06	17,37
	гарнир		Картофель отварной	150	17,33	132,00	1,90	4,90	19,05
	напиток		Напиток из сухофруктов	200	4,29	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	20	1,69	55,25	1,12	0,22	11,58
				485	107,7	478,9	16,09	16,53	68,46
				700	138	722	23	24	101
					246,1				