

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша молочная пшенная	200	25,8	170,36	6,36	7,23	22,82
	гор.напиток		Чай с лимоном	203	4,85	39,98	0,01	0,00	9,98
	хлеб		Свежий пшеничный	20	1,69	44,20	0,89	0,17	9,26
			Пирог Царский	100	75,36	217,13	8,36	9,17	27,15
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Овощи консервированные без уксуса (огурцы) на подгарнировку	60	26,29	14,30	0,70	0,10	2,70
	1 блюдо		Суп с птицей, крупой и овощами	200	38,72	194,63	5,07	9,43	19,09
	2 блюдо		Гуляш из птицы	90	56,64	267,36	12,09	11,75	17,56
	гарнир		Макаронные изделия отварные	150	10,07	116,00	3,52	1,90	20,08
	напиток		Компот из сухофруктов	180	3,3	90,70	0,60	0,08	21,52
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Свежий ржаной	40	3,38	55,25	2,24	0,44	23,16
				523	107,7	471,67	15,62	16,57	69,21
				720	138	738	24	24	104
					246,1				