

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Суп гороховый с птицей	200	19	152,25	7,10	8,60	16,70
	гор.напиток		Напиток ягодный	200	16,48	39,98	0,01	0,00	9,98
	хлеб		Свежий ржаной	20	1,69	41,30	0,70	0,10	9,40
			Яблоко	200	49,4	85,00	0,66	0,38	14,25
			Улитка с корицей	50	21,13	155,24	6,97	7,46	17,09
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Яйцо отварное	40	18,4	62,80	5,20	4,80	4,50
	1 блюдо		Свекольник с птицей и сметаной	220	35,28	172,63	4,82	7,18	11,39
	2 блюдо		Гречка по-купечески	180	72,08	280,17	9,52	11,98	30,71
	гарнир								
	напиток		Напиток из кураги	200	7,57	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

670107,7473,7715,4416,5467,42

7001387062325101

246,1