

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Гречка отварная, Чахохбили	240	74,4	296,93	13,10	15,92	30,67
	гор.напиток		Напиток из сухофруктов	200	5,1	114,68	0,74	0,28	24,64
	хлеб		Хлеб "Свежий" пшеничный	20	1,6	44,20	0,89	0,17	9,26
			Овощи натуральные (на подгарнировку)	60	26,6	14,30	0,70	0,10	2,70
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп-пюре с птицей и гренками	230	43	211,14	8,44	8,59	31,92
	2 блюдо		Тефтель мясной	90	64,5	153,03	8,06	8,16	17,52
	гарнир		Капуста тушеная	150	16,3	156,00	3,60	6,30	18,80
	напиток		Чай с сахаром и брусникой	200	9,8	43,14	0,27	0,09	2,15
	хлеб бел.		Хлеб "Свежий" пшеничный	40	3,2	88,40	1,79	0,35	18,53
	хлеб черн.		Хлеб "Свежий" ржаной	20	1,6	55,25	1,12	0,22	11,58

520107,7470,1115,4316,4767,27

7301387072324101

246,1