

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Колбаска мясная, макаронные изделия отварные	240	74,2	252,02	10,84	9,82	37,60
	гор.напиток		Какао с молоком	200	16,06	87,05	2,80	2,54	12,58
	хлеб		Свежий пшеничный	20	1,6	44,20	0,89	0,17	9,26
			Язычок слоенный с сахаром	50	15,84	95,63	1,56	4,00	9,02
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп с птицей, крупой и овощами	220	35,57	148,63	6,42	6,34	22,14
	2 блюдо		Гуляш из птицы	90	56,22	251,36	12,19	12,06	17,37
	гарнир		Картофель отварной	150	32,53	132,00	1,90	4,90	19,05
	напиток		Напиток из сухофруктов	200	10,88	90,70	0,60	0,08	21,52
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	20	1,6	44,20	0,89	0,17	9,26
	хлеб черн.		Свежий ржаной	20	1,6	55,25	1,12	0,22	11,58
				510	107,7	478,9	16,09	16,53	68,46
				700	138	722	23	24	101
					246,1				