

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Голубец ленивый в томатном соусе, картофельное пюре	270	88,52	365,56	13,65	15,67	39,69
	гор.напиток		Напиток из ягодно-яблочной смеси	200	16,78	63,14	0,27	0,09	15,21
	хлеб		Свежий пшеничный	30	2,4	58,35	1,50	0,45	12,15
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп Шурпа с мясом и зеленью	250	41,54	157,60	5,50	9,00	24,55
	2 блюдо		Паста с курицей и сулугуни	200	83,92	375,63	14,92	15,30	48,88
	гарнир								
	напиток		Чай с апельсином	200	8,14	43,14	0,27	0,09	2,15
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	40	3,2	88,40	1,78	0,34	18,52
	хлеб черн.		Свежий ржаной	20	1,6	41,30	0,70	0,10	9,40
				500	107,7	487,05	15,42	16,21	67,05
				710	138	706	23	25	104
					246,1				