

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Плов с мясом	210	67,92	191,32	9,45	10,08	27,10
	гор.напиток		Напиток из кураги	200	11,84	90,70	0,60	0,08	11,52
	хлеб		Свежий пшеничный	40	3,2	88,40	1,78	0,34	18,52
			Палочка слоеная с сыром	50	24,74	101,02	4,12	5,57	11,95
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп-пюре с птицей и гренками	230	38,96	245,21	8,69	9,12	27,35
	2 блюдо		Котлета мясо-картофельная	90	60,71	136,02	7,32	7,92	17,52
	гарнир		Капуста тушеная	150	25,4	160,00	3,60	6,30	18,80
	напиток		Чай с сахаром и брусникой	200	7,73	43,14	0,27	0,09	2,15
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	30	2,4	66,30	1,34	0,26	13,89
	хлеб черн.		Свежий ржаной	40	3,2	55,25	2,24	0,44	23,16

500107,7471,4415,9516,0769,09

7401387062324103

246,1