

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Суп гороховый с птицей	200	25,96	152,25	7,10	8,60	16,70
	гор.напиток		Напиток ягодный	200	14,95	39,98	0,01	0,00	9,98
	хлеб		Свежий ржаной	20	1,6	41,30	0,70	0,10	9,40
			Яблоко	150	44,85	85,00	0,66	0,38	14,25
			Улитка с корицей	50	20,34	155,24	6,97	7,46	17,09
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Свекольник с птицей и сметаной	220	30,75	172,63	4,82	7,18	11,39
	2 блюдо		Гречка по-купечески	180	69,06	280,17	9,52	11,98	30,71
	гарнир								
	напиток		Напиток из кураги	200	15,39	90,70	0,60	0,08	21,52
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	20	1,6	44,20	0,89	17,00	9,26
	хлеб черн.		Свежий ржаной	40	3,2	55,25	2,24	0,44	23,16
			Яйцо отварное	40	18,40	63	5	5	5
				620	107,7	473,77	15,44	16,54	67,42
				700	138	706	23	41	101
					246,1				