

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Гуляш По-венгерски, гречка рассыпчатая отварная	240	75,33	322,85	13,01	15,26	32,97
	гор.напиток		Компот из яблок и лимона	200	12,64	72,25	0,15	0,11	17,55
	хлеб		Свежий пшеничный	40	3,2	68,08	1,78	0,34	18,52
			Овощи натуральные (на поджаривание)	60	16,53	14,30	0,70	0,10	2,70
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Свекольник с птицей и сметаной	220	34,71	172,75	7,25	8,26	23,92
	2 блюдо		Шницель рыбный	90	61,06	188,57	8,71	9,45	13,39
	гарнир		Сложный гарнир	150	33,77	144,87	4,76	5,38	22,54
	напиток		Чай с сахаром	200	2,46	39,98	0,01	0,00	5,98
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	40	3,2	88,40	1,78	0,34	18,52
	хлеб черн.		Свежий ржаной	40	3,2	82,60	1,40	0,20	18,80
				540	107,7	477,48	15,64	15,81	71,74
				740	138	717	24	24	103
					246,1				