

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                             | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        | Пюре картофельное, тефтель рыбный | 240      | 92,98 | 313          | 12    | 15   | 34       |
|            | гор.напиток |        | Чай ягодный с сахаром             | 200      | 9,92  | 48           | 1     | 0    | 5        |
|            | хлеб        |        | Хлеб "Свежий" ржаной, пшеничный   | 60       | 4,8   | 130          | 2     | 0    | 28       |
|            |             |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | 2 блюдо     |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | гарнир      |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | сладкое     |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.   |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                   |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                   |          |       |              |       |      |          |