

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Завтрак	гор.блюдо		Биточек мясной, макаронные изделия отварные	240	11,49	13,19	30,95	271,20	80,83
	гор.напиток		Чай с лимоном	200	0,50	0,00	14,03	83,01	5,92
	хлеб		Свежий пшеничный	25	1,97	0,25	13,28	56,74	2,11
			Печенье индивид.упак.	50	2,20	2,80	10,00	78,00	18,84
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Рассольник Ленинградский с птицей, сметаной и зеленью	230	9,36	12,52	25,84	230,91	28,85
	2 блюдо		Тефтель мясной	90	8,06	8,16	17,52	153,03	72,17
	гарнир		Рагу из овощей	150	2,90	2,58	11,45	167,00	27,65
	напиток		Чай Витаминный	200	0,27	0,05	13,46	55,46	4,66
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	20	0,89	17,00	9,26	44,20	1,69
	хлеб черн.		Свежий ржаной	40	2,24	0,44	23,16	55,25	3,38
				515	16,16	16,24	68,26	488,95	107,70
				730	24	41	101	706	138,40
					39,88				