

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Завтрак	гор.блюдо		Каша молочная пшенная	200	6,36	7,23	22,82	170,36	24,53
	гор.напиток		Чай с лимоном	200	0,01	0,00	9,98	39,98	4,54
	хлеб		Свежий пшеничный	20	0,89	0,17	9,26	44,20	1,69
			Запеканка творожная со сгущенным молоком	110	8,36	9,17	27,15	217,13	76,94
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Овощи натуральные	60	0,70	0,10	2,70	14,30	18,65
	1 блюдо		Суп с птицей, крупой и овощами	200	5,07	9,43	19,09	194,63	25,77
	2 блюдо		Гуляш из птицы	90	12,09	11,75	17,56	267,36	71,51
	гарнир		Макаронные изделия отварные	150	3,52	1,90	20,08	116,00	13,35
	напиток		Компот из сухофруктов	200	0,60	0,08	21,52	90,70	5,74
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Свежий ржаной	40	2,24	0,44	23,16	55,25	3,38
				530	15,62	16,57	69,21	471,67	107,70
				740	24	24	104	738	138,40
					39,84				