

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Завтрак	гор.блюдо		Плов с мясом	210	9,45	10,08	27,10	191,32	65,63
	гор.напиток		Напиток из кураги	200	0,60	0,08	11,52	90,70	8,87
	хлеб		Свежий пшеничный	40	1,78	0,34	18,52	88,40	3,38
			Палочка слоенная с сыром	50	4,12	5,57	11,95	101,02	29,82
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп-пюре с птицей и гренками	230	8,69	9,12	27,35	245,21	32,49
	2 блюдо		Котлета мясо-картофельная	90	7,32	7,92	17,52	136,02	72,17
	гарнир		Капуста тушеная	150	3,60	6,30	18,80	160,00	20,86
	напиток		Чай с сахаром и брусникой	200	0,27	0,09	2,15	43,14	6,96
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	30	1,34	0,26	13,89	66,30	2,54
	хлеб черн.		Свежий ржаной	40	2,24	0,44	23,16	55,25	3,38
				500	15,95	16,07	69,09	471,44	107,70
				740	23	24	103	706	138,40
					39,41				