

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Завтрак	гор.блюдо		Чахохбили, гречка отварная	240	13,10	15,92	30,67	296,93	83,88
	гор.напиток		Напиток из сухофруктов	200	0,74	0,28	64,64	114,68	5,8
	хлеб		Свежий пшеничный	20	0,89	0,17	9,26	44,20	1,69
			Овощи натуральные	60	0,70	0,10	2,70	14,30	16,33
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп-пюре с птицей и гренками	230	8,44	8,59	31,92	211,14	32,12
	2 блюдо		Тефтель мясной	90	8,06	8,16	17,52	153,03	72,36
	гарнир		Капуста тушеная	150	3,60	6,30	18,80	156,00	22,44
	напиток		Чай с сахаром и брусникой	200	0,27	0,09	2,15	43,14	6,41
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	40	1,78	0,34	18,52	88,40	3,38
	хлеб черн.		Свежий ржаной	30	0,82	0,12	10,97	48,18	1,69
				520	15,43	16,47	107,27	470,11	107,70
				740	23	24	100	700	138,40
					38,4				