

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Завтрак	гор.блюдо		Колбаска мясная, макаронные изделия отварные	240	10,84	9,82	37,60	252,02	78,38
	гор.напиток		Какао с молоком	200	2,80	2,54	12,58	87,05	11,78
	хлеб		Свежий пшеничный	20	0,89	0,17	9,26	44,20	1,69
			Язычок слоенный с сахаром	50	1,56	4,00	9,02	95,63	15,85
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп с птицей, крупой и овощами	220	6,42	6,34	22,14	148,63	29,73
	2 блюдо		Гуляш из птицы	90	12,19	12,06	17,37	251,36	74,42
	гарнир		Картофель отварной	150	1,90	4,90	19,05	132,00	24,32
	напиток		Напиток из сухофруктов	200	0,60	0,08	21,52	90,70	6,55
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	20	0,89	0,17	9,26	44,20	1,69
	хлеб черн.		Свежий ржаной	20	1,12	0,22	11,58	55,25	1,69
				510	16,09	16,53	68,46	478,9	107,7
				700	23	24	101	722	138,40
					39,21				