

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	119	Курица запеченная	120	42,79	139	11	3	18
	гор.напиток	349	Компот из сухофруктов	200	4,60	42	1		10
	хлеб	п/р	Хлеб пшеничный	40	3,00	94	3	1	19
		73	Икра кабачковая	50	6,50	69	1	5	5
		302	Гречка	200	9,50	157	8	9	5
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	300	50,14	131	14	4	10
	2 блюдо	255	Омлет натуральный	170	23,97	176	8	7	3
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	п/р	Хлеб пшеничный	40	3,00	94	3	1	19
	хлеб черн.								
		377	Чай с лимоном	200	7,80	42	1		10

