

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	259	Жаркое из птицы	200		209	14	11	20
	гор.напиток	348	Компот из кураги	200		115	1	0	28
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	45		108	3	4	20
		ПР	Вафли	60		155	1	5	16
			Итого на завтрак	505		587	19	20	84
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	46	Салат из белокачанной капусты с яблоком	60		54	0	3	7
	1 блюдо	82	Борщ из св. капусты с картоф.сметаной зел.	200\5\1		151	5	6	12
	2 блюдо	268\759	Шницель из мяса с соусом	100		196	7	14	11
	гарнир	199	Пюре из бобовых с м\р.	150		185	9	3	30
	сладкое	389	Сок фруктовый в ассортименте	200		35	0	0	30
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	30		67	3	1	13
			Итого за обед	776		769	27	28	117
			Итого за день	1281		1357	46	47	201