

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша вязкая молочная из риса и пшена	200\5		253	8	9	32
	гор.напиток	883\Акт	Кисель	200		119	5	3	19
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
	закуска	338	яблоко	100		47	0	5	10
			Итого на завтрак	535		500	15	17	75
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	67	Винегрет овощной	60		75	1	6	4
	1 блюдо	108\109	Суп картофельный с клецками и зеленью	200		104	3	3	15
	2 блюдо	297\759	Фрикадельки из птицы с томатным соусом	100		179	9	11	11
	гарнир	202\309	Макаронные изделия отварные с м\р	150		168	6	5	26
	напиток	348	Компот из кураги	200		115	1	0	28
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30		81	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано пшеничный	30		67	2	1	13
			Итого за обед	770		790	24	26	112
			Итого за день	1305		1290	39	43	187