

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	П00040	салат из квашенной капусты	100	2,91	83	2	5	8
	1 блюдо	П00091	суп рассольник	250	24,17	136	3	6	17
	2 блюдо	П00283	тефтели	100	29,35	279	15	16	19
	гарнир	П00324	каша пшенная	150	9,33	150	2	4	26
	сладкое	П00403	компот из свежих плодов	200	4,36	111	0	0	28
	хлеб бел.	1	хлеб пшеничный	80	6,90	189	6	1	40
	хлеб черн.	2	хлеб ржаной	60	4,40	120	4	1	25
				940	81,42	1068	32	33	163