

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо          | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|----------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        |                |          |       |              |       |      |          |
|            | гор.напиток |        |                |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб        |        |                |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                |          |       |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | П00051 | салат винегрет | 100      | 7,59  | 123          | 1     | 10   | 7        |
|            | 1 блюдо     |        |                |          |       |              |       |      |          |
|            | 2 блюдо     | П00283 | тефтели ежики  | 100      | 29,35 | 279          | 15    | 16   | 19       |
|            | гарнир      | П00324 | каша пшенная   | 150      | 9,33  | 150          | 2     | 4    | 26       |
|            | сладкое     | П00431 | чай с лимоном  | 200      | 5,19  | 60           | 0     | 0    | 15       |
|            | хлеб бел.   | 1      | хлеб пшеничный | 80       | 6,90  | 189          | 6     | 1    | 40       |
|            | хлеб черн.  | 2      | хлеб ржаной    | 60       | 4,40  | 120          | 4     | 1    | 25       |
|            |             | Ф00553 | подлив         | 30       | 11,03 | 22           | 0     | 1    | 2        |
|            |             |        |                | 820      | 73,79 | 943          | 28    | 33   | 134      |