

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	П00019	салат из свежих огурцов	60	22,26	103	1	10	2
	1 блюдо	Ф0090	суп щи	250	18,04	94	2	6	8
	2 блюдо	П00283	тефтели	100	48,12	279	15	16	19
	гарнир	П00324	каша пшенная	150	9,20	150	2	4	26
	сладкое	П00438	компот из яблок	200	9,64	108	0	0	26
	хлеб бел.	1	хлеб пшеничный	80	7,69	189	6	1	40
	хлеб черн.	2	хлеб ржаной	60	4,90	120	4	1	25
				900	119,85	1043	30	38	146