

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                   | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        |                         |          |        |              |       |      |          |
|            | гор.напиток |        |                         |          |        |              |       |      |          |
|            | хлеб        |        |                         |          |        |              |       |      |          |
|            |             |        |                         |          |        |              |       |      |          |
|            |             |        |                         |          |        |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                         |          |        |              |       |      |          |
|            |             |        |                         |          |        |              |       |      |          |
|            |             |        |                         |          |        |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | П00022 | салат из свежих помидор | 60       | 16,62  | 65           | 1     | 6    | 2        |
|            | 1 блюдо     | ф00081 | борщ с мясом            | 250      | 23,02  | 160          | 10    | 7    | 14       |
|            | 2 блюдо     | П00291 | фрикаделька куриная     | 100      | 51,32  | 213          | 12    | 13   | 8        |
|            | гарнир      | П00184 | гречневая каша          | 150      | 11,22  | 230          | 7     | 6    | 36       |
|            | сладкое     | П00436 | апельсиновый напиток    | 200      | 8,18   | 105          | 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      | 122,95 | 1082         | 40    | 34   | 151      |