

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	П00050	салат свекольный	100	3,78	184	8	10	15
	1 блюдо	Ф00090	суп щи с курицей	250	18,04	94	2	6	8
	2 блюдо	П00283	тефтели ежики	100	62,56	279	15	16	19
	гарнир	П00324	каша пшенная	150	11,96	150	2	4	26
	сладкое	ф00627	напиток из шиповника	200	10,06	47	1	0	21
	хлеб бел.	1	хлеб пшеничный	80	7,69	189	6	1	40
	хлеб черн.	2	хлеб ржаной	60	4,90	120	4	1	25
				940	118,99	1063	38	38	154