

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	100	34,50	103	1	10	2
	1 блюдо								
	2 блюдо	Ф00441	жаркое по-домашнему	250	55,49	414	43	12	34
	гарнир								
	сладкое	П00436	апельсиновый напиток	200		105	0	0	26
	хлеб бел.	1	хлеб пшеничный	80	8,16	189	6	1	40
	хлеб черн.	2	хлеб ржаной	60	5,20	120	4	1	25
				690	103,35	931	54	24	127