

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	П00040	салат из квашенной капусты	100	2,91	83	2	5	8
	1 блюдо	Ф00090	суп щи	250	18,04	94	2	6	8
	2 блюдо	П00233	рыбная котлета	100	57,05	211	15	16	5
	гарнир	П00311	макароны отварные	150	14,50	168	6	5	26
	сладкое	П00403	компот из свежих плодов	200	12,53	111	0	0	28
	хлеб бел.	1	хлеб пшеничный	80	8,16	189	6	1	40
	хлеб черн.	2	хлеб ржаной	60	5,20	120	4	1	25
				940	118,39	976	35	34	140