

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		голень куриная припущенная	150	49.00	174	14	3	10
	гор.напиток	684	чай	200	3.00	58	0	0	11
	хлеб		пшеничный	50	3.50	135	4	1	26
	фрукты		фрукт	120	39.00	66	1	1	12
	гарнир	516	макароны отварные с с/м	184	7.00	202	5	6	33
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	ИТОГО			704	101.50	635	24	11	92
Обед	закуска	15	салат из огурцов и помидоров	100	19.00	49	1	6	2
	1 блюдо		суп гороховый	250	8.00	198	6	8	25
	2 блюдо		картофель тушеный	180	27.50	420	15	14	25
	гарнир								
	гор.напиток	639	компот	200	2.00	116	1	0	29
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		ржаной	60	2.30	132	5	1	27
	фрукты								
	ИТОГО			790	60.30	915	28	29	108