

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------------|--------|---------------------------------------|-------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | закуска | 209.17 | Яйцо вареное | 1шт | 0 | 63 | 5,10 | 4,60 | 0,30 |
| | 2 блюдо | 333.04 | Макароны с сыром | 250 | 0 | 479 | 14,75 | 23,49 | 51,47 |
| | напиток | 376.17 | Чай с сахаром | 200 | 0 | 41 | 0,20 | 0,05 | 10,05 |
| | кондитер. изделия | | Печенье "Сахарное" | 1 шт | 0 | 83 | 1,50 | 2,64 | 12,70 |
| Обед | салат | 62.17 | Салат из моркови с сахаром | 100 | 0 | 65 | 1,66 | 0,13 | 13,82 |
| | 1 блюдо | 102.17 | Суп картофельный с горохом и мясом ту | 250 | 0 | 188 | 7,61 | 7,12 | 23,36 |
| | 2 блюдо | 234.17 | Котлета рыбная | 100 | 0 | 226 | 13,69 | 11,48 | 16,50 |
| | гарнир | 304.17 | Рис отварной | 180 | 0 | 276 | 4,64 | 7,33 | 47,95 |
| | напиток | 376.17 | Чай с сахаром | 200 | 0 | 41 | 0,20 | 0,05 | 10,05 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 32,5 | 0 | 65 | 2,15 | 0,36 | 13,33 |