

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийн | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|----------|--------|--|----------|-------|----------|-------|-------|----------|
| Завтрак | .закуска | 3 | Бутерброд с сыром | .15/20 | 11-90 | 102 | 4.97 | 4.51 | 9.72 |
| | 2_блюдо | 366 | Запеканка из творога с молоком сгущенным | .100/20 | 29-90 | 303 | 22.11 | 9.93 | 30.91 |
| | напитки | 685 | Чай с сахаром | .200 | 1-45 | 42 | 0.48 | 0.05 | 10.05 |
| | фрукты | | Яблоко свежее | .150 | 16-75 | 67 | 0.6 | 0 | 14.7 |
| Обед | 1_блюдо | 111 | Суп вермишелевый с цыпленком | .200/10 | 7-72 | 113 | 4.51 | 4.52 | 12.45 |
| | 2_блюдо | 456 | Зразы любительские | .070 | 28-70 | 303 | 15.04 | 16.42 | 23.77 |
| | 2_гарнир | 143 | Рагу овощное | .135 | 17-35 | 219 | 6.3 | 10.45 | 24.98 |
| | напитки | 699 | Напиток лимонный | .190 | 4-30 | 81 | 0.67 | 0.02 | 19.42 |
| | прочие | | Хлеб ржаной | .032.5 | 1-93 | 65 | 2.14 | 0.36 | 13.32 |