

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	.закуска		Сыр твердый	.035	22-59	144	9.2	11.6	0
	каша	182	Каша молочная жидкая пшенная	.160/10	11-37	256	6.17	11.65	31.14
	напитки	685	Чай с сахаром	.180	1-31	37	0.43	0.05	9.04
	прочие		Хлеб пшеничный	.020	2-22	48	1.52	0.16	9.72
	напитки	707	Сок фруктовый	.200	22-51	134	5.6	4	19
Обед	.салаты	52	Салат из свеклы отварной	.030	1-99	28	0.43	1.83	2.51
	1_блюдо	102	Суп картоф. с горохом и копченостями	.200/10	11-31	147	5.89	6.95	15.43
	2_блюдо	424	Поджарка	.050/10	36-06	133	14.71	7.39	1.82
	2_гарнир	511	Рис отварной	.140	7-26	200	3.42	5.64	32.87
	напитки	685	Чай с сахаром	.200	1-45	42	0.48	0.05	10.05
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-93	65	2.14	0.36	13.32