

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	.закуска	16	Карбонат в/к	.025	14-86	104	4.1	9.75	0
	.закуска	42	Икра кабачковая	.030	4-24	36	0.3	2.4	1.8
	2_блюдо	333	Макароны с сыром	.160	19-44	296	8.87	14.08	33.01
	напитки	686	Чай с лимоном	.200/5	2-49	44	0.52	0.05	10.2
	прочие		Хлеб пшеничный	.020	2-22	48	1.52	0.16	9.72
	фрукты		Яблоко свежее	.150	16-75	67	0.6	0	14.7
Обед	.салаты	45	Салат из белокочанной капусты	.030	2-22	27	0.51	1.52	2.82
	1_блюдо	132	Рассольник Ленинградский с мясом и смет.	.210	12-18	118	3.32	5.33	13.98
	2_блюдо	469	Фрикадельки в соусе	.70/30	27-41	193	11.47	10.92	12.04
	2_гарнир	302	Каша гречневая	.130	10-90	219	7.58	5.73	34.3
	напитки	324	Напиток фруктовый	.180	5-36	81	0.63	0.02	19.9
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-93	65	2.14	0.36	13.32