

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	.закуска	209	Яйцо вареное	1 шт	10-36	63	11.2	14	18.8
	2_блюдо	675	Блины с джемом фруктовым	.150/30	19-33	314	8.89	4.73	58.96
	напитки	685	Чай с сахаром	.180	1-31	37	0.43	0.05	9.04
	напитки		Молочный коктейль	.200	29=	140	5.6	5	18
Обед	.салаты	50	Салат из свеклы с сыром	.035	5-86	62	1.69	5.15	2.34
	1_блюдо	97	Суп картофельный с рыбой	.210	14-73	102	2.4	2.67	17.21
	2_блюдо	294	Шницель из цыпленка	.070	24-34	231	15.14	7.85	19.93
	2_гарнир	511	Рис отварной	.150	7-78	214	3.66	6.05	35.21
	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