

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	.салаты	45	Салат из квашеной капусты	.040	6-05	34	0.72	2.04	3.09
	2_блюдо	234	Котлета рыбная	.070	24-42	256	7.31	11.53	30.3
	2_гарнир	312	Картофельное пюре	.150	14-97	151	3.26	5.57	22.13
	напитки	686	Чай с лимоном	.200/7	2-90	44	0.54	0.06	10.26
	прочие		Зефир	.030/1 шт	9-73	98	0.24	0.03	23.94
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-93	65	2.14	0.36	13.32
Обед	.салаты	50	Салат из свеклы с сыром	.040	6-79	72	1.93	5.89	2.68
	1_блюдо	135	Суп из овощей с мясом и сметаной	.220	15-79	95	3.07	5.23	9.02
	2_блюдо	278	Тефтели с соусом	.060/30	23-01	209	10.9	11.27	16.1
	2_гарнир	516	Макаронные изделия отварные	.150	5-56	211	5.64	4.99	35.99
	напитки	631	Компот из свежих яблок	.200	6-92	99	0.72	0.16	23.88
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-93	65	2.14	0.36	13.32