

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
	.закуска	6	Бутерброд с карбонатом	.30/20	20-06	110	4.4	8.95	12.15
	каша	182	Каша жидкая молочная рисовая	.170/5	10-13	191	4.44	7.1	27.41
	напитки	692	Кофейный напиток с молоком	.200	6-05	107	2.11	1.62	21.22
	фрукты		Яблоко свежее	.120	13-40	54	0.48	0	11.76
Обед	.салаты	62	Салат из моркови с сахаром	.060	3-73	32	0.83	0.06	6.96
	1_блюдо	101	Суп картоф.с гречневой крупой и мясом	.200/5	10-75	103	3.87	2.8	15.56
	2_блюдо	256	Мясо тушеное	.45/40	32-08	175	15.66	8.13	10.09
	2_гарнир	516	Макаронные изделия отварные	.150	5-56	211	5.64	4.99	35.99
	напитки	324	Напиток фруктовый	.200	5-95	90	0.72	0.03	22.11
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-93	65	2.14	0.36	13.32