

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		Сыр твердый	30	21,43	118	7,45	9,56	
	закуска	209.17	Яйцо вареное	1шт	9,42	63	5,1	4,6	0,3
	2 блюдо	404.17	Оладьи с творогом и молоком сгущеным	150/30	27,25	468	18,3	10,59	74,8
	соки		Сок фруктовый	200	23,92	88			22
	хлеб		Хлеб ржаной	32.5	1,98	65	2,15	0,36	13,33
Обед	1 блюдо	120.17	Суп молочный вермишелевый	200	9,43	103	4,77	1,58	17,38
	2 блюдо	443.04	Плов из цыпленка	185	32,21	358	13,22	15,82	40,49
	напиток	631.04	Компот из свежих фруктов	170	9,06	98	0,4	0,19	23,57
	фрукты		Яблоко свежее	180	31,32	85	0,72	0,72	17,64
	хлеб		Хлеб ржаной	32.5	1,98	65	2,15	0,36	13,33
Обед ГПД	1 блюдо	120.17	Суп молочный вермишелевый	200	9,43	103	4,77	1,58	17,38
	2 блюдо	443.04	Плов из цыпленка	190	35,42	373	14,51	16,93	40,49
	напиток	378.17	Чай с лимоном	180/5	3,17	37	0,21	0,05	8,71
	хлеб		Хлеб ржаной	32.5	1,98	65	2,15	0,36	13,33