

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углевод ы
Завтрак	.закуска	209	Яйцо вареное	1 шт	0	63	5.08	4.6	0.28
	.закуска	1	Бутерброд с маслом сливочным	.010/20	0	102	1.77	5.62	11.17
	2_блюдо	333	Макароны с сыром	.220	0	406	12.19	19.31	45.36
	напитки	685	Чай с сахаром	.200	0	42	0.48	0.05	10.05
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	0	65	2.14	0.36	13.32
	фрукты		Апельсин	.240	0	103	2.16	0.48	19.44
Обед	.закуска	25	Огурцы свежие	.060	0	7	0.42	0.06	1.14
	1_блюдо	135	Суп из овощей с цыпленком, сметаной	.200	0	88	1.8	4.83	9.32
	2_блюдо	234	Шницель рыбный	.100	0	187	10.46	16.49	43.29
	2_гарнир	511	Рис отварной	.140	0	200	3.42	5.64	32.87
	напитки	707	Сок фруктовый	.200	0	92	0	0	23
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	0	65	2.14	0.36	13.32
	прочие		Хлеб пшеничный	.020	0	48	1.52	0.16	9.72