

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
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	.250	0	406	12.19	19.34	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
Обед	.салаты	20	Салат из св.огурцов с маслом растит.	.100/5	0	56	0.7	5.09	1.9
	1_блюдо	135	Суп из овощей с цыпленком, сметаной	.250	0	108	2.17	5.89	11.52
	2_блюдо	278	Тефтели с соусом	.070/30	0	237	12.91	11.91	19.39
	2_гарнир	511	Рис отварной	.180	0	258	4.4	7.26	42.25
	напитки	685	Чай с сахаром	.180	0	37	0.43	0.05	9.04
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	0	65	2.14	0.36	13.32