

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	404.17	Оладьи с творогом и джемом	170/20	0	466	18,38	13,53	66,63
	молочный продукт		Молочный коктейль	1 шт	0	132	5,40	4,20	18,00
	фрукты		Яблоко свежее	250	0	118	1,00	1,00	24,50
Обед	салат	62.17	Салат из моркови с сахаром	60	0	37	0,94	0,07	7,96
	1 блюдо	161.04	Суп молочный с рисом	200	0	94	3,86	1,49	16,18
	2 блюдо	424.04	Поджарка	80/10	0	474	17,28	44,15	1,83
	гарнир	310.17	Картофель отварной	150	0	193	4,03	5,09	32,60
	напиток	349.17	Компот из сухофруктов	200	0	95	0,40	0,08	23,22
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	0	58	1,60	0,80	10,80
Обед ГПД	салат	62.17	Салат из моркови с сахаром	100	0	62	1,56	0,12	13,27
	1 блюдо	161.04	Суп молочный с рисом	250	0	117	4,83	1,86	20,22
	2 блюдо	268.17	Котлета мясная	100	0	404	13,14	31,50	16,50
	гарнир	310.17	Картофель отварной	180	0	232	4,83	6,16	39,12
	напиток	376.17	Чай с сахаром	180	0	37	0,18	0,05	9,04
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33