

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|------------------------------------|-------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | закуска | 24.94 | Помидоры свежие | 40 | 0 | 10 | 0,45 | 0,08 | 1,56 |
| | 2 блюдо | 508.04 | Каша гречневая с мясом тушеным | 180 | 0 | 301 | 13,50 | 11,34 | 36,11 |
| | соки | | Сок фруктовый | 200 | 0 | 88 | | | 22,00 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 32,5 | 0 | 65 | 2,15 | 0,36 | 13,33 |
| | фрукты | | Яблоко свежее | 280 | 0 | 132 | 1,12 | 1,12 | 27,44 |
| Обед | салат | 45.17 | Салат из белокочанной капусты | 60 | 0 | 58 | 1,17 | 3,06 | 6,30 |
| | 1 блюдо | 139.04 | Суп картофельный с фасолью и мясом | 200 | 0 | 187 | 4,56 | 9,19 | 21,50 |
| | 2 блюдо | 424.04 | Поджарка | 80/10 | 0 | 474 | 17,28 | 44,15 | 1,83 |
| | гарнир | 309.17 | Макаронные изделия отварные | 150 | 0 | 211 | 5,64 | 4,95 | 35,96 |
| | напиток | 631.04 | Компот из свежих фруктов | 200 | 0 | 101 | 0,18 | 0,18 | 24,43 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 32,5 | 0 | 65 | 2,15 | 0,36 | 13,33 |
| Обед ГПД | салат | 45.17 | Салат из белокочанной капусты | 100 | 0 | 97 | 1,94 | 5,11 | 10,51 |
| | 1 блюдо | 139.04 | Суп картофельный с фасолью и мясом | 250 | 0 | 222 | 5,20 | 10,29 | 27,16 |
| | 2 блюдо | 294.17 | Шницель мясной с соусом | 70/30 | 0 | 306 | 9,54 | 23,55 | 13,61 |
| | гарнир | 309.17 | Макаронные изделия отварные | 180 | 0 | 254 | 6,76 | 5,99 | 43,15 |
| | напиток | 631.04 | Компот из свежих фруктов | 180 | 0 | 91 | 0,16 | 0,16 | 21,98 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 32,5 | 0 | 65 | 2,15 | 0,36 | 13,33 |