

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	209.17	Яйцо вареное	1шт	0	63	5,10	4,60	0,30
	бутерброды	1.04	Бутерброд с маслом	10/20	0	133	1,65	9,05	10,80
	2 блюдо	333.04	Макароны с сыром	200	0	382	11,86	18,63	41,10
	напиток	378.17	Чай с лимоном	200/7	0	44	0,27	0,06	10,29
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33
Обед	салат	59.17	Салат из моркови с яблоками	100	0	90	1,36	0,24	19,95
	1 блюдо	135.04	Суп из овощей с цыпленком и сметаной	250	0	166	5,40	7,99	14,71
	2 блюдо	278.17	Тефтели в соусе	70/30	0	299	8,32	23,74	12,67
	гарнир	304.17	Рис отварной	180	0	276	4,64	7,33	47,95
	напиток	376.17	Чай с сахаром	200	0	41	0,20	0,05	10,05
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33