

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	молочный продукт		Йогурт фруктовый	1шт.	0	102	1,80	3,50	17,90
	2 блюдо	297.94	Запеканка из творога с молоком сгущенным	150/25	0	375	34,14	6,19	44,35
	напиток	376.17	Чай с сахаром	200	0	41	0,20	0,05	10,05
Обед	салат	47.17	Салат из квашеной капусты	60	0	57	1,39	3,07	5,30
	1 блюдо	111.17	Суп вермишелевый с цыпленком	200	0	127	4,79	6,47	12,21
	2 блюдо	386.04	Рыба, запеченная под молочным соусом	50/50	0	154	12,08	9,17	5,64
	гарнир	312.17	Картофельное пюре	160	0	201	4,72	5,34	33,29
	напиток	631.04	Компот из свежих фруктов	200	0	101	0,31	0,15	24,24
	фрукты		Яблоко свежее	150	0	71	0,60	0,60	14,70
	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
	салат	47.17	Салат из квашеной капусты	60	0	57	1,39	3,07	5,30
	1 блюдо	111.17	Суп вермишелевый с цыпленком	250	0	149	5,28	7,42	15,26
Обед ГПД	2 блюдо	386.04	Рыба, запеченная под молочным соусом	50/50	0	154	12,08	9,17	5,64
	гарнир	312.17	Картофельное пюре	180	0	226	5,31	6,10	37,43
	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