

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	674.94	Блины с джемом фруктовым	170/40	0	438	12,22	14,67	62,47
	напиток	376.17	Чай с сахаром	180	0	37	0,18	0,05	9,04
	фрукты		Киви	100	0	47	0,80	0,40	8,10
	молочный продукт		Молочный коктейль	200	0	132	5,40	4,20	18,00
Обед	салат	47.17	Салат из квашеной капусты	60	0	57	1,39	3,07	5,30
	1 блюдо	18.22	Свекольник с цыпленком и сметаной	200	0	145	5,15	6,90	15,33
	2 блюдо	259.17	Жаркое по-домашнему	240	0	577	17,60	39,09	38,56
	напиток	701.04	Напиток фруктовый	200	0	93	0,11	0,11	22,74
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33
	салат	45.17	Салат из белокочанной капусты	100	0	97	1,95	5,11	10,56
Обед ГПД	1 блюдо	18.22	Свекольник с цыпленком и сметаной	250	0	175	5,77	8,11	19,44
	2 блюдо	469.04	Фрикадельки в соусе	70/30	0	307	8,85	24,52	12,49
	гарнир	310.17	Картофель отварной	180	0	260	5,57	6,31	45,13
	напиток	701.04	Напиток фруктовый	200	0	93	0,11	0,11	22,74
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33