

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	297.94	Запеканка из творога с молоком сгущенн	150/30	0	388	34,52	6,20	47,19
	напиток	378.17	Чай с лимоном	200/7	0	44	0,27	0,06	10,29
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	0	58	1,60	0,80	10,80
	фрукты		Яблоко	200	0	94	0,80	0,80	19,60
Обед	закуска	24.94	Помидоры свежие	40	0	10	0,45	0,08	1,55
	1 блюдо	139.04	Суп картофельный с фасолью и цыплен	200	0	174	5,45	6,68	23,01
	2 блюдо	317.94	Поджарка из рыбы	80/10	0	145	18,47	6,09	4,07
	гарнир	312.17	Картофельное пюре	150	0	212	5,04	5,16	36,21
	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
	закуска	24.94	Помидоры свежие	30	0	7	0,34	0,06	1,16
Обед ГПД	1 блюдо	139.04	Суп картофельный с фасолью и цыплен	200	0	174	5,45	6,68	23,01
	2 блюдо	234.17	Котлета рыбная	100	0	226	13,69	11,48	16,50
	гарнир	312.17	Картофельное пюре	180	0	255	6,04	6,24	43,45
	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