

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	салат	24.94	Помидоры свежие	60	0	15	0,67	0,12	2,33
	бутерброды	3.17	Бутерброд с сыром	50	0	177	9,14	10,47	10,80
	2 блюдо	210.17	Омлет натуральный	155	0	255	13,54	21,00	2,82
	напиток	378.17	Чай с лимоном	207	0	44	0,27	0,06	10,29
	кондитер. изделия		Пирожное "Чокопай"	28	0	123	1,12	5,00	18,20
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33
Обед	салат	45.17	Салат из белокочанной капусты	60	0	58	1,17	3,06	6,30
	1 блюдо	101.17	Суп картофельный с гречневой крупой и	200	0	140	5,57	4,93	18,13
	2 блюдо	256.17	Мясо тушеное	120	0	428	15,30	39,53	2,69
	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
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	0	58	1,60	0,80	10,80