

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийн | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|----------|--------|-------------------------------------|----------|------|----------|-------|-------|----------|
| Завтрак | .закуска | 209 | Яйцо вареное | 1 шт | 0 | 63 | 5.08 | 4.6 | 0.28 |
| | .закуска | 1 | Бутерброд с маслом сливочным | .010/20 | 0 | 102 | 1.77 | 5.62 | 11.17 |
| | 2_блюдо | 333 | Макароны с сыром | .215 | 0 | 396 | 11.92 | 18.85 | 44.38 |
| | напитки | 685 | Чай с сахаром | .200 | 0 | 42 | 0.48 | 0.05 | 10.05 |
| | фрукты | | Апельсин | .260 | 0 | 112 | 2.34 | 0.52 | 21.06 |
| Обед | .закуска | 25 | Огурцы свежие | .060 | 0 | 7 | 0.42 | 0.06 | 1.14 |
| | 1_блюдо | 135 | Суп из овощей с цыпленком, сметаной | .200 | 0 | 88 | 1.8 | 4.83 | 9.32 |
| | 2_блюдо | 278 | Тефтели с соусом | .080/30 | 0 | 273 | 14.36 | 14.26 | 21.28 |
| | 2_гарнир | 511 | Рис отварной | .150 | 0 | 214 | 3.66 | 6.05 | 35.21 |
| | напитки | 707 | Сок фруктовый | .200 | 0 | 92 | 0 | 0 | 23 |
| | прочие | | Хлеб ржаной | .032.5 | 0 | 65 | 2.14 | 0.36 | 13.32 |
| | прочие | | Хлеб пшеничный | .020 | 0 | 48 | 1.52 | 0.16 | 9.72 |