

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------------|--------|---------------------------------------|-------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | закуска | 101.04 | Икра кабачковая | 30 | 0 | 38 | 0,32 | 2,54 | 1,91 |
| | 2 блюдо | 386.04 | Рыба, запеченная под молочным соусом | 50/50 | 0 | 154 | 12,08 | 9,17 | 5,64 |
| | гарнир | 312.17 | Картофельное пюре | 140 | 0 | 176 | 4,12 | 4,74 | 29,02 |
| | соки | | Сок фруктовый | 200 | 0 | 88 | | | 22,00 |
| | кондитер. изделия | | Вафли | 1 шт | 0 | 103 | 1,36 | 5,46 | 12,42 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 32,5 | 0 | 65 | 2,15 | 0,36 | 13,33 |
| Обед | салат | 52.17 | Салат из свеклы отварной | 70 | 0 | 73 | 1,25 | 4,28 | 7,31 |
| | 1 блюдо | 102.17 | Суп картофельный с горохом и цыпленко | 200 | 0 | 162 | 7,30 | 6,79 | 17,78 |
| | 2 блюдо | 290.17 | Филе цыпленка в сметанном соусе | 65/30 | 0 | 234 | 17,71 | 17,24 | 1,90 |
| | гарнир | 304.17 | Рис отварной | 160 | 0 | 245 | 4,13 | 6,43 | 42,62 |
| | напиток | 631.04 | Компот из свежих яблок | 200 | 0 | 101 | 0,18 | 0,18 | 24,43 |
| | кондитер. изделия | | Вафли | 1 шт | 0 | 103 | 1,36 | 5,46 | 12,42 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 32,5 | 0 | 65 | 2,15 | 0,36 | 13,33 |
| Обед ГПД | салат | 52.17 | Салат из свеклы отварной | 100 | 0 | 104 | 1,78 | 6,11 | 10,45 |
| | 1 блюдо | 102.17 | Суп картофельный с горохом и цыпленко | 250 | 0 | 196 | 8,47 | 7,94 | 22,46 |
| | 2 блюдо | | Биточки из цыпленка с соусом | 70/30 | 0 | 235 | 11,82 | 14,64 | 13,61 |
| | гарнир | 304.17 | Рис отварной | 180 | 0 | 276 | 4,64 | 7,33 | 47,95 |
| | напиток | 631.04 | Компот из свежих яблок | 200 | 0 | 101 | 0,18 | 0,18 | 24,43 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 32,5 | 0 | 65 | 2,15 | 0,36 | 13,33 |