

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	210.17	Омлет натуральный	150	0	217	13,51	16,87	2,82
	закуска	101.04	Зеленый горошек припущенный	35	0	84	1,67	0,11	3,51
	напиток	378.17	Чай с лимоном	200/5	0	43	0,25	0,06	10,22
	бутерброды	3.17	Бутерброд с сыром	30/20	0	177	9,14	10,47	10,80
	фрукты		Яблоко свежее	150	0	71	0,60	0,60	14,70
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33
Обед	закуска	101.04	Икра кабачковая	60	0	76	0,64	5,09	3,82
	1 блюдо	97.17	Суп картофельный с рыбой	200	0	128	4,92	2,54	21,30
	2 блюдо	454.04	Котлета по-хлыновски	100	0	426	14,41	36,00	10,97
	гарнир	304.17	Рис отварной	150	0	230	3,87	6,07	39,96
	напиток	631.04	Компот из свежих фруктов	200	0	101	0,31	0,15	24,24
	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
Обед ГПД	салат	71.04	Винегрет овощной	80	0	129	1,65	8,20	8,40
	1 блюдо	97.17	Суп картофельный с рыбой	250	0	158	5,59	3,17	26,65
	2 блюдо	294.17	Шницель мясной с соусом	70/30	0	306	9,54	23,55	13,61
	гарнир	304.17	Рис отварной	180	0	276	4,64	7,33	47,95
	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

