

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	674.94	Блины с джемом фруктовым	150/30	0	381	10,76	12,50	54,84
	молочный продукт		Молочный коктейль	200	0	132	5,40	4,20	18,00
	фрукты		Груша	180	0	173	2,70	0,90	37,80
Обед	салат	47.17	Салат из квашеной капусты	60	0	57	1,39	3,07	5,30
	1 блюдо	18.22	Свекольник с цыпленком и сметаной	200	0	140	5,02	6,88	14,39
	2 блюдо	259.17	Жаркое по-домашнему	220	0	577	18,64	42,41	29,98
	напиток	631.04	Компот из свежих фруктов	200	0	112	0,43	0,21	26,98
	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	45.17	Салат из белокочанной капусты	100	0	97	1,94	5,11	10,51
	1 блюдо	18.22	Свекольник с цыпленком и сметаной	250	0	169	5,60	8,09	18,23
	2 блюдо	469.04	Фрикадельки в соусе	70/30	0	307	8,85	24,52	12,48
	гарнир	310.17	Картофель отварной	180	0	245	5,17	6,23	41,91
	напиток	378.17	Чай с лимоном	200/7	0	44	0,27	0,06	10,29
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33