

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	209.17	Яйцо вареное	1шт	0	63	5,10	4,60	0,30
	бутерброды	3.17	Бутерброд с сыром	30/20	0	177	9,14	10,47	10,80
	каши	182.17	Каша жидкая молочная геркулесовая	250/5	0	152	4,98	6,19	19,11
	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
Обед	салат	45.17	Салат из белокочанной капусты	100	0	97	1,94	5,11	10,51
	1 блюдо	102.17	Суп картофельный с горохом и цыпленк	250	0	196	8,47	7,94	22,46
	2 блюдо	386.04	Рыба,запеченная под молочным соусом	50/50	0	154	12,08	9,17	5,64
	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