

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	101.04	Кукуруза припущенная	40	0	33	1,33		7,34
	2 блюдо	230.17	Рыба,запеченная с сыром	100	0	149	3,11	13,23	4,19
	гарнир	304.17	Рис отварной	150	0	230	3,87	6,07	39,96
	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
	фрукты		Груша	230	0	221	3,45	1,15	48,30
	фрукты		Апельсин	220	0	95	1,98		46,20
Обед	закуска	24.94	Помидоры свежие	65	0	16	0,73	0,13	2,52
	1 блюдо	88.17	Щи из свежей капусты с цыпленком и смесью овощей	200	0	117	4,69	6,84	8,91
	2 блюдо	266.17	Бифштекс рубленный	80	0	67		7,49	
	гарнир	143.17	Рагу овощное	170	0	242	4,22	9,83	21,69
	напиток	631.04	Компот из свежих фруктов	200	0	124	0,68	0,23	29,54
	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
соки		Сок фруктовый	200	0	88			22,00	
Обед ГПД	1 блюдо	88.17	Щи из свежей капусты с цыпленком и смесью овощей	250	0	138	5,16	7,90	11,33
	2 блюдо	278.17	Тефтели в соусе	80/30	0	338	9,46	26,91	14,19
	гарнир	302.17	Каша гречневая	180	0	303	10,51	7,86	47,51
	напиток	631.04	Компот из свежих фруктов	200	0	124	0,68	0,23	29,54
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33