

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	210.17	Омлет натуральный	120	0	174	10,80	13,51	2,25
	закуска	101.04	Зеленый горошек припущенный	60	0	144	2,85	0,18	5,98
	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
	фрукты		Мандарин	120	0	46	0,96	0,24	9,00
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	136	5,11	2,58	22,88
	2 блюдо	454.04	Котлета по-хлыновски	100	0	428	14,46	36,01	11,33
	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
Обед ГПД	салат	71.04	Винегрет овощной	80	0	131	1,71	8,20	8,83
	1 блюдо	97.17	Суп картофельный с рыбой	250	0	167	5,84	3,22	28,62
	2 блюдо	294.17	Котлета мясная с соусом	70/30	0	306	9,54	23,55	13,62
	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