

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	молочный продукт		Йогурт фруктовый	1шт.	0	102	1,80	3,50	17,90
	каши	182.17	Каша жидкая молочная геркулесовая	200/5	0	129	3,99	5,78	15,31
	напиток	382.17	Какао с молоком	200	0	103	3,97	0,65	20,28
	бутерброды	3.17	Бутерброд с сыром	20/20	0	138	6,62	7,24	10,80
Обед	закуска	101.04	Кукуруза припущенная	60	0	50	2,00		11,00
	1 блюдо	102.17	Суп картофельный с горохом и цыпленк	200	0	169	7,48	6,83	19,29
	2 блюдо	234.17	Котлета рыбная	100	0	226	13,69	11,48	16,50
	гарнир	304.17	Рис отварной	150	0	230	3,87	6,07	39,96
	напиток	631.04	Компот из свежих фруктов	180	0	101	0,39	0,18	24,28
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33
	закуска	101.04	Кукуруза припущенная	40	0	33	1,33		7,34
Обед ГПД	1 блюдо	102.17	Суп картофельный с горохом и цыпленк	250	0	205	8,71	7,98	24,37
	2 блюдо	234.17	Котлета рыбная	100	0	226	13,69	11,48	16,50
	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