

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	674.94	Блины с джемом фруктовым	170/30	0	426	12,12	13,87	61,87
	напиток	378.17	Чай с лимоном	200/5	0	43	0,25	0,06	10,22
	фрукты		Яблоко свежее	150	0	71	0,60	0,60	14,70
	молочный продукт		Молочный коктейль	200	0	132	5,40	4,20	18,00
Обед	закуска	24.94	Огурцы свежие	60	0	7	0,43	0,06	1,16
	1 блюдо	82.17	Борщ с цыпленком и сметаной	200	0	130	4,76	6,83	12,19
	2 блюдо	488.04	Цыпленок, тушеный с картофелем и овс	210	0	455	21,24	21,88	40,00
	напиток	701.04	Напиток фруктовый	200	0	92	0,17	0,08	22,40
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33
	закуска	24.94	Огурцы свежие	40	0	4	0,29	0,04	0,78
Обед ГПД	1 блюдо	82.17	Борщ с цыпленком и сметаной	250	0	154	5,23	7,88	15,43
	2 блюдо		Биточки из цыпленка с соусом	70/30	0	235	11,82	14,64	13,62
	гарнир	310.17	Картофель отварной	180	0	278	6,03	6,40	48,90
	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