

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	733.04	Оладьи с джемом фруктовым	150/40	0	450	12,89	12,89	68,87
	напиток	376.17	Чай с сахаром	180	0	37	0,18	0,05	9,04
	фрукты		Яблоко	150	0	71	0,60	0,60	14,70
	молочный продукт		Молочный коктейль	200	0	132	5,40	4,20	18,00
Обед	салат	56.96	Салат картофельный с соленым огурцом	60	0	132	1,96	9,90	8,50
	1 блюдо	88.17	Ши из свежей капусты с цыпленком и см	200	0	121	4,80	6,87	9,82
	2 блюдо	278.17	Тефтели в соусе	70/30	0	299	8,32	23,74	12,67
	гарнир	302.17	Каша гречневая	150	0	252	8,76	6,58	39,57
	соки		Сок фруктовый	200	0	88			22,00
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33
	салат	56.96	Салат картофельный с соленым огурцом	80	0	175	2,61	13,20	11,33
Обед ГПД	1 блюдо	88.17	Ши из свежей капусты с цыпленком и см	250	0	144	5,31	7,93	12,47
	2 блюдо	278.17	Тефтели в соусе	70/30	0	299	8,32	23,74	12,67
	гарнир	302.17	Каша гречневая	180	0	303	10,51	7,86	47,51
	напиток	701.04	Напиток фруктовый	180	0	89	0,21	0,11	21,58
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33