

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	салат	24.94	Помидоры свежие	60		15	0,67	0,12	2,33
	бутерброды	3.17	Бутерброд с сыром	50		177	9,14	10,47	10,80
	2 блюдо	210.17	Омлет натуральный	155		255	13,54	21,00	2,82
	напиток	378.17	Чай с лимоном	207		44	0,27	0,06	10,29
	кондитер. изделия		Пирожное "Чокопай"	28		123	1,12	5,00	18,20
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5		65	2,15	0,36	13,33
Обед	салат	45.17	Салат из белокочанной капусты	60		58	1,17	3,06	6,30
	1 блюдо	101.17	Суп картофельный с гречневой крупой и	200		140	5,57	4,93	18,13
	2 блюдо	256.17	Мясо тушеное	120		428	15,30	39,53	2,69
	гарнир	309.17	Макаронные изделия отварные	150		211	5,64	4,95	35,96
	напиток	631.04	Компот из свежих фруктов	200		101	0,18	0,18	24,43
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5		65	2,15	0,36	13,33
	хлеб		Хлеб пшеничный	20		58	1,60	0,80	10,80