

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	175.17	Каша молочная из риса и пшена	180/10	0	226	5,62	8,99	30,56
	напиток	382.17	Какао с молоком	200	0	103	3,97	0,65	20,28
	бутерброды	3.17	Бутерброд с сыром	30/20	0	177	9,14	10,47	10,80
Обед	1 блюдо	88.17	Щи из свежей капусты с цыпленком и см	200	0	117	4,69	6,84	8,91
	2 блюдо	386.04	Рыба, запеченная под молочным соусом	50/50	0	154	12,08	9,17	5,64
	гарнир	312.17	Картофельное пюре	150	0	188	4,42	5,04	31,20
	напиток	376.17	Чай с сахаром	200	0	41	0,20	0,05	10,05
	фрукты		Яблоко свежее	300	0	141	1,20	1,20	29,40
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33
Обед ГПД	салат	62.17	Салат из моркови с сахаром	100	0	62	1,56	0,12	13,27
	1 блюдо	88.17	Щи из свежей капусты с цыпленком и см	250	0	138	5,16	7,90	11,33
	2 блюдо	386.04	Рыба, запеченная под молочным соусом	50/50	0	154	12,08	9,17	5,64
	гарнир	312.17	Картофельное пюре	180	0	226	5,31	6,10	37,43
	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