

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	200/10	0	167	4,01	9,90	15,31
	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	салат	52.17	Салат из свеклы отварной	60	0	62	1,07	3,67	6,27
	1 блюдо	98.17	Суп крестьянский с цыпленком и сметан	200	0	132	4,78	6,88	12,65
	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	631.04	Компот из свежих фруктов	200	0	101	0,31	0,15	24,24
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5	0	65	2,15	0,36	13,33
	фрукты		Яблоко свежее	200	0	94	0,80	0,80	19,60
Обед ГПД	салат	52.17	Салат из свеклы отварной	80	0	83	1,43	4,89	8,36
	1 блюдо	98.17	Суп крестьянский с цыпленком и сметан	250	0	157	5,26	7,94	16,03
	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