

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	7,73	136,63	4,62	4,58	19,13
	Напиток	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	2,27	33,14	0,05	0,01	8,01
		2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	3,49	73,19	1,41	0,53	15,65
II Завтрак	Напиток	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	102	5,1	43,33	0,53	0,13	9,87
Обед	Холодное блюдо	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50	7,41	54,30	2,05	3,63	3,26
		84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	19,28	97,22	6,99	2,27	12,06
		298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	150/20	50,91	255,42	14,37	11,59	23,14
	Напиток	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	8,74	0,00	5,54	2,03	3,51
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,49	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин		161	СУФЛЕ ИЗ МОРКОВИ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	145/15	18,21	128,30	7,36	5,00	13,01
		435	ЙОГУРТ	153	16,80	86,29	4,28	3,82	6,89
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,86	51,99	0,24	1,67	10,83