

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	6,96	129,47	4,40	4,03	18,77
	Напиток	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	2,56	33,16	0,05	0,01	8,01
		2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	3,68	79,08	1,67	0,64	16,63
II Завтрак	Напиток	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	107	5,68	43,33	0,53	0,13	9,87
Обед	Холодное блюдо	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50	9,67	57,31	2,24	3,88	3,26
		84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	18,73	97,38	6,99	2,29	12,07
		298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	150/20	51,13	253,89	14,40	11,37	23,24
	Напиток	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	8,07	0,00	5,54	2,03	3,51
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,25	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин		161	СУФЛЕ ИЗ МОРКОВИ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	150/15	20,07	129,73	7,82	4,93	13,03
		435	ЙОГУРТ	152	16,67	85,66	4,24	3,79	6,84
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,20	61,59	0,29	1,98	12,83