

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	7,34	131,39	4,37	4,30	18,70
	Напиток	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	2,48	33,12	0,05	0,01	8,00
		2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	3,63	77,86	1,64	0,62	16,38
II Завтрак	Напиток	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	98	5,21	43,33	0,53	0,13	9,87
Обед	Холодное блюдо	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50	8,42	56,35	2,17	3,80	3,26
		84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	17,09	97,36	6,98	2,29	12,07
		298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	150/20	49,66	255,96	14,38	11,60	23,24
	Напиток	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	9,17	0,00	5,54	2,03	3,51
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,19	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин		161	СУФЛЕ ИЗ МОРКОВИ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	150/15	19,16	130,91	7,70	5,13	13,01
		435	ЙОГУРТ	154	16,92	86,94	4,31	3,85	6,94
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,12	59,39	0,28	1,91	12,37