

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	7,91	160,47	6,33	3,98	24,77
	Напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,75	26,30	0,16	0,00	6,41
		3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	11,05	97,12	4,13	3,65	11,75
II Завтрак	Фрукты	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	13,68	44,20	0,40	0,40	9,90
Обед	Холодное блюдо	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	4,80	31,31	0,62	1,78	3,11
	1-е блюдо	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	3,30	63,56	1,41	1,93	10,06
	Гарнир	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	8,63	105,53	2,68	2,31	18,42
	2-е блюдо	240	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	70	25,68	77,98	9,96	2,41	4,90
	Напиток	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	5,12	94,50	0,18	0,00	23,13
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,50	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин		240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	130/25	45,82	270,27	18,27	11,32	22,56
		394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	6,40	68,87	2,41	2,03	10,10
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,06	57,57	0,27	1,85	11,99