

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	8,23	160,17	5,20	3,92	25,90
		395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	7,39	75,97	2,67	2,05	11,58
		3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	10,70	86,02	3,81	3,55	9,52
II Завтрак	Напиток	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	109	5,8	43,33	0,53	0,13	9,87
Обед		35	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	50	3,52	36,70	0,54	1,34	5,55
	1-е блюдо	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	6,76	56,77	1,38	2,56	6,15
	Гарнир	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	130	8,64	130,25	2,87	3,62	21,46
		319	КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ)	75	34,38	270,43	17,79	20,84	3,49
	Напиток	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	3,51	34,63	0,09	0,09	8,22
	Хлеб	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	43	2,53	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин		262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	140	51,78	213,92	13,93	13,43	9,12
	Хлеб	TK №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,00	55,82	0,26	1,79	11,63
	Кондитерское изделие		ПРЯНИКИ	28	4,13	102,37	1,65	1,31	20,98
	Напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,58	19,11	0,14	0,00	4,65