

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	8,22	160,14	5,24	3,88	25,97
		395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	7,51	76,92	2,73	2,09	11,66
		3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	10,99	94,43	4,06	3,64	11,18
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	3,59	36,70	0,54	1,34	5,55
	1-е блюдо	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	6,56	55,26	1,38	2,43	6,14
	Гарнир	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	130	8,53	130,05	2,86	3,60	21,44
		319	КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ)	75	32,96	259,24	17,08	19,94	3,38
	Напиток	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	3,63	34,63	0,09	0,09	8,22
	Хлеб	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,37	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин		262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	58,76	236,28	15,84	15,07	9,12
	Хлеб	TK №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,90	53,23	0,25	1,71	11,09
	Кондитерское изделие		ПРЯНИКИ	30	4,37	109,80	1,77	1,41	22,50
	Напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,58	19,11	0,14	0,00	4,65