

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	8,05	136,30	4,71	4,43	19,28
	Напиток	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	3,13	33,15	0,05	0,01	8,01
		2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	4,82	96,42	1,75	0,66	20,83
II Завтрак	Напиток	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	106	5,62	43,33	0,53	0,13	9,87
Обед	Холодное блюдо	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50	8,29	57,54	2,25	3,91	3,26
		84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	17,42	97,37	6,99	2,28	12,07
		298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	150/20	48,35	241,26	14,11	10,68	21,96
	Напиток	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	9,18	0,00	5,54	2,03	3,51
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,34	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин		161	СУФЛЕ ИЗ МОРКОВИ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	150/15	19,42	132,31	7,92	5,13	13,14
		435	ЙОГУРТ	154	16,94	87,03	4,31	3,85	6,95
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,29	64,04	0,30	2,06	13,34