

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	7,78	134,64	4,51	4,48	18,97
	Напиток	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	2,97	33,15	0,05	0,01	8,01
		2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	4,66	82,74	1,70	0,65	17,48
II Завтрак	Напиток	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	106	5,64	45,93	0,57	0,14	10,46
Обед	Холодное блюдо	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50	9,07	58,19	2,29	3,95	3,26
		84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	22,13	97,35	6,99	2,27	12,06
		298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	150/20	53,71	256,42	14,39	11,66	23,21
	Напиток	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	9,13	0,00	5,54	2,03	3,51
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,78	81,40	2,71	0,32	16,92
Ужин		161	СУФЛЕ ИЗ МОРКОВИ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	150/15	22,72	130,59	7,59	5,13	13,03
		435	ЙОГУРТ	147	16,21	83,30	4,13	3,69	6,65
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,75	65,42	0,31	2,10	13,63