

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130	6,25	113,98	3,81	3,66	16,37
	Напиток	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	2,46	29,80	0,14	0,00	7,12
		2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	4,50	79,66	1,62	0,62	16,87
II Завтрак	Напиток	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	9,00	42,40	0,00	0,00	10,60
Обед	Холодное блюдо	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	30	6,19	35,29	1,40	2,35	2,07
		84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	22,77	81,10	6,54	1,64	10,00
		298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	140/20	49,32	229,85	12,85	10,49	20,76
	Напиток	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	6,45	73,52	0,10	0,10	18,10
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	29	1,99	58,14	1,94	0,23	12,08
Ужин	Горячее блюдо	161	СУФЛЕ ИЗ МОРКОВИ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	125/15	26,88	154,71	7,56	8,20	12,17
		435	ЙОГУРТ	102	11,22	57,64	2,86	2,55	4,60
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,62	38,60	0,18	1,24	8,04