

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша гречневая	205	4,59	241,11	6,55	8,33	35,09
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	1,92	48,64	0,12	0	12,04
	хлеб		Хлеб пш.	80	4,80	199,50	4,95	1,8	41,02
Завтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	14,50	45,04	0,4	0	9,80
Обед	закуска		Салат из овощей с морк.	100	4,82	70,02	0,84	5,06	5,32
	1 блюдо		Суп картофель. с мясом. фрикадель.	250/25	22,0	145,10	9,46	6,82	19,01
	2 блюдо		Картофельное пюре	180	16,20	132,55	3,83	4,24	28,0
	гарнир		Риса жареная	100/5	26,65	154,0	13,54	11,64	3,49
	сладкое		Сол манушанины	200	9,14	92,0	1,0	0,2	0,2
	хлеб бел.		Хлеб пш.	80	4,80	199,50	4,95	1,8	41,02
хлеб черн.									

зав. ем. Чай Чай изюмное
 суп. мк. Солн. Манушанины



...
 ...
 ...