

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Омлет мануранский	200	14,35	340,12	17,90	27,75	4,64
	гор.напиток		Чай с молоком	200	4,42	65,60	2,10	1,92	9,98
	хлеб		Хлеб пш	80	4,80	199,50	4,95	1,8	41,02
Завтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	13,50	45,04	0,4	0	9,8
Обед	закуска		Салат мясной	100	6,83	132,0	1,1	10,01	9,1
	1 блюдо		Суп кареор. с бобовыми	250	13,54	98,49	2,34	9,89	13,61
	2 блюдо		Рис отварной	180	8,50	240,22	4,6	6,1	48,33
	гарнир		Каша из овсяной	100/5	25,0	291,00	17,90	21,75	6,54
	сладкое		Сок апельсиновый	200	9,14	92,0	1,0	0,2	9,2
	хлеб бел.		Хлеб пш.	80	4,80	199,50	4,95	1,8	41,02
	хлеб черн.								

гав. ем. Кант Кайгарова Н.С.  
п. оуп. ШОС Абдуллова Н.С.

