

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Паша греч. , вареная на молоке	205	8,75	216,1*	4,94	8,24	35,13
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	1,92	48,64	0,12	0	12,09
	хлеб		Хлеб пш.	60	3,60	150,00	4,44	1,36	30,89
			сир	22	10,56	45,39	5,62	0,73	0,00
Завтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	13,50	45,04	0,9	0	9,8
Обед	закуска		Салат из свеклы с чесноком	100	4,13	133,28	1,4	40,08	9,22
	1 блюдо		Суп картофель. с мах. изг.	250	10,98	111,25	2,7	2,85	18,8
	2 блюдо		Картофельное пюре	180	16,80	192,54	3,83	7,27	28,0
	гарнир		Помидоры свежие	100/5	25,0	114,28	13,77	2,56	9,03
	сладкое		Мороженое из шоколада	200	8,87	46,87	0,68	0	21,01
	хлеб бел.		Хлеб р пш.	80	4,80	189,50	4,95	1,8	41,02
	хлеб черн.								

гав. ем. Чай Чайварола
 суп. ик. Рмур Мухоморова

