

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	45	Салат из белокочанной капусты	60	3,87	5	0,25	0,03	0,83
	закуска	209	Яйца вареные	40	13,70	63	5,08	4,6	0,28
	гарнир	304	Рис отварной с маслом сливочным	150	6,26	210	3,65	5,38	36,68
	горячее блюдо	268	Палочки мясные Детские запеченные	90	42,28	188	14,53	11,05	7,58
	напиток горячий	514	Кофейный напиток	200	11,61	94	2,9	3,07	13,63
	сладкое	113	Джем фруктовый	20	3,17	47	0,09		11,7
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,69	97	4,59	0,86	19,98
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	40	3,44	72	3,4	0,64	14,8
	Обед	закуска	52	Салат из свеклы отварной	60	2,49	56	0,85	3,61
1 блюдо		99	Суп из овощей с курицей	200	14,44	103	3,96	6,13	8,07
2 блюдо		232	Рыба, запеченная под соусом	90	24,97	667	155,21	4,28	1,97
гарнир		312	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	11,11	134	3,34	3,49	22,11
хлеб черный		116	Хлеб ржано-пшеничный	38	1,60	81	3,08	0,56	14,96
напиток		591	Кисель из концентрата (смесь)	200	5,39	122	1,4	0	29