

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-------------|-----------------|---------|--------------------------------------|--|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | яйцо | 209 | Яйца вареные | 40 | 10,00 | 63 | 5,08 | 4,6 | 0,28 |
| | сыр | 15 | Сыр (порциями) | 20 | 9,40 | 77 | 4,92 | 6,32 | 0 |
| | масло | 14 | Масло (порциями) | 10 | 7,72 | 66 | 0,08 | 7,25 | 0,13 |
| | горячее блюдо | 221 | Каша вязкая пшенная на молоке | 200 | 14,70 | 266 | 7,97 | 8,27 | 39,87 |
| | напиток горячий | 382 | Какао с молоком | 200 | 11,57 | 119 | 4,08 | 3,54 | 17,58 |
| | хлеб белый | 114 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,55 | 72 | 3,4 | 0,64 | 14,8 |
| | фрукт | 118 | Фрукты свежие. Груши. | 147 | 29,08 | 59 | 0,56 | 0,42 | 13,3 |
| | Обед | 1 блюдо | 144 | Суп картофельный с бобовыми, с курицей | 200 | 7,39 | 109 | 6,66 | 2,74 |
| 2 блюдо | | 304 | Котлеты домашние комбинированные | 90 | 36,42 | 202 | 14,36 | 11,39 | 10,26 |
| гарнир | | 203 | Макароны отварные с маслом сливочным | 150 | 5,02 | 175 | 5,1 | 2,56 | 33,01 |
| напиток | | 388 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 6,80 | 0,68 | 0,28 | 20,76 | 88 |
| хлеб белый | | 108 | Хлеб пшеничный | 28 | 2,50 | 54 | 2,55 | 0,48 | 11,1 |
| хлеб черный | | 116 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 1,87 | 81 | 3,08 | 0,56 | 14,96 |