

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	яйцо	209	Яйца вареные	40	11,20	63	5,08	4,6	0,28
	сыр	15	Сыр (порциями)	20	14,00	77	4,92	6,32	0
	горячее блюдо	221	Каша вязкая пшеничная на молоке	200	17,04	266	7,97	8,27	39,87
	напиток горячий	382	Какао с молоком	200	13,79	119	4,08	3,54	17,58
	хлеб белый	114	Хлеб пшеничный	40	3,55	72	3,4	0,64	14,8
	фрукт	118	Плоды свежие. Банан.	150	26,44	144	2,26	0,64	31,5
Обед	1 блюдо	144	Суп картофельный с бобовыми, с курицей	200	8,12	109	6,66	2,74	14,27
	2 блюдо	304	Котлеты домашние комбинированные	90	37,11	202	14,36	11,39	10,26
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	180	6,14	175	5,1	2,56	33,01
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	200	6,76	88	0,68	0,28	20,76
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,87	81	3,08	0,56	14,96