

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	106	Овощи натуральные.Помидоры.	60	11,16	12	0,67	0,12	2,28
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150	6,14	175	5,1	2,56	33,01
	горячее блюдо	243	Сосиски отварные	120	43,51	358	12,11	33,92	0,54
	напиток горячий	376	Чай с сахаром	200	1,35	60	0,07	0,02	15
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	40	3,55	72	3,4	0,64	14,8
	фрукт	118	Фрукты свежие. Яблоко.	150	20,31	66	0,6	0,6	14,7
Обед	1 блюдо	131	Свекольник со сметаной	200	12,75	139	6,25	6,87	12,98
	2 блюдо	411	Кнели из куриной грудки в молочном соусе	60	28,09	230	15,5	15,8	6,6
	гарнир	139	Капуста тушеная	180	13,86	109	3,42	4,57	109
	напиток горячий	376	Чай с сахаром	200	1,35	60	0,07	0,02	15
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	24	2,08	47	2,04	0,38	8,88
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,87	81	3,08	0,56	14,96