

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	53	Салат из свеклы с соленымт огурцами	60	4,60	66	0,71	5,33	3,86
	горячее блюдо	316	Омлет с картофелем	220	54,17	425	15,25	30,57	23,28
	сыр	15	Сыр (порциями)	22	16,08	85	5,41	6,95	0
	напиток горячий	376	Чай витаминизированный с сахаром	200	1,68	56	0,13	0,14	13,64
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	40	3,55	72	3,4	0,64	14,8
	кондитерское изделие		Мини-маффин с фруктово-ягодной начинкой (промышленного производства)	33,3	10,76	117	1,83	0,61	25,62
Обед	закуска	47	Салат из квашеной капусты	60	6,89	40	0,79	2,5	3,56
	1 блюдо	143	Суп рыбный	200	9,95	130	7,26	0,59	10,46
	2 блюдо	304	Котлеты домашние комбинированные	80	35,17	179	12,77	10,12	9,12
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	14,77	134	3,34	3,49	22,11
	напиток горячий	376	Чай с сахаром	200	1,35	56	0,19	0,04	13,66
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,87	81	3,08	0,56	14,96