

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	124	Икра морковная	60	4,37	55	1,21	0,06	12,33
	горячее блюдо	293	Птица запеченная порционная (окорочок куриный)	114	49,90	191	22,48	15,9	0,15
	гарнир	304	Рис отварной с маслом сливочным	150	7,06	210	3,65	5,38	36,68
	напиток горячий	376	Чай витаминизированный с сахаром	200	1,70	56	0,13	0,14	13,64
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	40	3,55	72	3,4	0,64	14,8
	фрукт	118	Фрукты свежие. Банан.	130	24,26	118	1,84	0,61	25,83
Обед	закуска	124	Икра свекольная	40	2,83	154	0,95	0,04	19,15
	1 блюдо	96	Щи из свежей капусты с картофелем, с птицей отварной	200	10,29	258	14,26	21,28	16,99
	2 блюдо	764	Котлеты рыбные любительские	90	34,08	64	4,21	11,9	4,65
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	14,65	189	5,34	3,49	32,11
	напиток	646	Напиток лимонный	200	6,75	77	0,21	0,02	28,32
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,40	81	3,08	0,56	18,29