

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гор.блюдо	223	каша пшенная	255	24,80	371	11	9	38
	гор.напиток	457	Чай с сахаром	200	2,70	56	0	3	10
	хлеб		бутерброд с маслом	100	25,50	302	1		18
		77	йогурт	125	38,00	88	4	3	
			сок фруктовый	200	26,00	113	5	2	5
	ИТОГО			880	117,00	930	21	17	71
	закуска		салат из свежей капусты	100	9,60	143			
	1 блюдо	95	Борщ со свежей капустой и сметаной	250	18,50	104	2	5	13
	2 блюдо	367	Кура тушенная в томат соусе	100	51,80	158	12	15	2
	гарнир	386	Рис припущенный	150	12,50	291	4	4	43
	сладкое	495	Компот из с/ф	200	5,80	126	1	0	17
	хлеб бел.		Хлеб пшенич с валетэком	60	3,00	118	1	0	15
	хлеб черн.		Хлеб ржано пшенич пшенич с валетэком	60	2,50	133	3	1	14
	ИТОГО			920	103,70	1073	23	25	104