

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша кукурузная жидкая с маслом	205	21,45	236	6	8	36
	гор.напиток		какао с молоком	200	12,00	117	3	4	16
	хлеб		бутерброд с маслом	45	11,55	157	3	10	15
			Итого		45,00				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		уха ростовская	250/60	35,00	170	9	7	19
	2 блюдо		Курица запеченная в сметанном соусе	120	40,99	210	22	12	3
	гарнир		Макаронны отварные	180	13,12	210	4	3	41
	сладкое		Напиток из плодов шиповника	200	12,39	61	0	0	15
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	3,10	117	3	1	24
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,10	122	3	1	26
		Итого			107,70				

