

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша гречневая молочная жидкая с маслом	205	23,15	202	7	6	30
	гор.напиток		Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	10,08	93	2	2	16
	хлеб		Бутерброд с маслом	25	9,51	124	2	6	14
			Хлеб пшеничный	30	2,26	58	2	0	12
		ИТОГ			45,00				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Салат из свеклы с сыром	100	18,58	95	4	5	8
	1 блюдо		Плов из мяса	200	75,61	319	13	14	37
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое		Напиток из плодов шиповника	200	10,49	90	0	0	22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	20	1,51	39	1	0	8
		Хлеб черн.	20	1,51	41	1	0	9	
		ИТОГ			107,70				

Ирина Игоревна Давыдова 2.С.