

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	94	Суп молочный с пшеном	180.0/150.0		145.60/119.16	5.30/4.33	5.50/4.50	18.52/15.10
	гор.напиток	394	Какао с молоком	180.0/150.0		107.35/89.46	3.67/3.06	3.88/3.24	15.01/12.51
	хлеб	701	Хлеб пшеничный	30.0/30.0		70,50/70.50	2.28/2.28	0,24/0,24	14,75/14,75
		6	Масло (порциями)	5.0/5.0		33.0/33.0	0.05/0.05	3.67/3.67	0.08/0.08
Завтрак 2	фрукты	368	Свежие фрукты(яблоко)	100.0/100.0		65.50/65.50	1.44/1.44	1.70/1.70	11.10/11.10
Обед	закуска	70	Огурец соленый	30.0/30.0		10.5/10.5	0.5/0.5	0.2/0.2	1.15/1.15
	1 блюдо	80	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250.0/180.0		106.8/64.0	2.3/1.4	3.0/1.8	17.2/10.4
	2 блюдо	304	Рыба тушеная с овощами	70.0/60.0		111.95/89.56	10.40/8.33	6.31/4.90	3.20/2.56
	гарнир	311	Пюре картофельное	120.0/110.0		109.80/91.50	2.44/2.04	3.84/3.20	16.35/13.63
	3 блюдо	435	Компот из яблок	180.0/150.0		101.70/84.75	0.39/0.33	0.01/0.01	24.98/20.82
	хлеб бел.	701	Хлеб пшеничный	40.0/30.0		94,0/70.50	3.04/2,28	0,32/0,24	19,68/14.75
	хлеб черн.	700	Хлеб ржаной	30.0/30.0		43.50/43.50	1.65/1.65	0,30/0,30	8.35/8,35
	Полдник	469	Булочка"Домашняя"	70.0/60.0		276.22/236.76	5.47/4.69	9.32/7.99	43.14/36.99
		435	Кефир	150.0/150.0		100.5/100.5	6.0/6.0	4.8/4.8	6.3/6.3
						сад - 159.82			
						ясли - 132.08			