

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.блюдо								
	хлеб								
	гор.напиток								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	132	Рассольник ленинградский	250	29,54	220	20,19	6,51	20,30
	2 блюдо	499	Котлета из филе кури	100	40,69	159	8,26	10,12	8,51
	гарнир	300	Рис отварной	200	19,74	234	3,79	5,88	41,77
	сладкое		Сок натуральный	200	18,90	280	2,50	0,00	55,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	35	4,33	83	2,66	0,28	17,01
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	35	3,90	63	2,31	0,42	11,97
	напиток	638	Компот из чернослива	200	9,40	62	0,30	0,00	15,70
		587	Соус томатный	50	1,01	43	0,89	2,22	4,79