

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с печеньем и маслом	10//30	8,03	49	0,9	1,4	5,8
	гарнир	516/04	Каша молочная ячневая с/м	200/10	15,8	236	5,2	4,3	38,6
	напиток	638/04	Компот из свежих яблок	200	5,34	115	1,4	1,1	12,1
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,22	71	2,28	0,24	14,76
Обед	фрукты		Апельсин	30	3,31	33	0,3	0	2,1
	закуска	36/04	Салат из свежих огурцов	50	5,96	48	0,3	1,4	1,9
	1 блюдо	124/04	Щи из свежей капусты со смет. и цыпл.	250/10/25	13,51	158	6	4,5	15,5
	2 блюдо	438/04	Грудка куриная отвар. с/м	50/5	33,89	213	10,1	11,3	19,3
	гарнир	510/04	Каша пшенная	180	6,43	135	3,2	6,8	19,2
	напиток	685/04	Чай с/с, лимоном	200/7	3,01	129	1,4	1,6	11,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,22	71	2,28	0,24	14,76
	хлеб		Хлеб дарницкий	1/31,3	1,02	63	2,11	0,18	12,1
					98,74	1321	35,47	33,06	167,62