

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                                                 | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        | котлеты "Аппетитные" с кашей гречневой рассыпчатой с маслом сливочным | 228      |       | 386,76       | 15,16 | 16,19 | 44,63    |
|            | гор.напиток |        | чай с сахаром, с лимоном                                              | 200      |       | 41,32        | 0,11  | 0,02  | 10,15    |
|            | хлеб        |        | хлеб пшеничный                                                        | 45       |       | 105,75       | 3,42  | 0,36  | 22,14    |
|            | хлеб        |        |                                                                       |          |       |              |       |       |          |
|            | салат       |        | салат из свежей капусты с морковью                                    | 80       | 77,76 | 48,32        | 1,05  | 2,6   | 5,17     |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                                                       |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                                                                       |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                                                                       |          |       |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     |        |                                                                       |          |       |              |       |       |          |
|            | 1 блюдо     |        |                                                                       |          |       |              |       |       |          |
|            | 2 блюдо     |        |                                                                       |          |       |              |       |       |          |
|            | гарнир      |        |                                                                       |          |       |              |       |       |          |
|            | сладкое     |        |                                                                       |          |       |              |       |       |          |
|            | хлеб бел.   |        |                                                                       |          |       |              |       |       |          |
|            | хлеб черн.  |        |                                                                       |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                                                                       |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                                                                       | 553      | 77,76 | 582          | 20    | 19    | 82       |