

	Дата	
--	------	--

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша ячневая вязкая молочная со сливочным маслом	200/ 3		286	7,31	10,98	39,20
	гор.напиток	ТТК № 1	Чай полусладкий	200		39,20	0,20	0,00	10,98
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	60		142,0	4,6	0,5	29,5
	Итого:					519,2	13,13	12,2	90,17
		ТТК№473	Салат Зайка	100		87,00	2,02	8,04	7,06
	2 блюдо	730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	100 (50/50)		141,50	13,700	5,30	10,000
		312	Пюре картофельное	180		206,40	3,710	9,94	26,400
	напиток	342	Напиток из свежих яблок	200		76,30	0,20	0,20	18,40
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	50		118,25	3,80	0,40	24,60
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30		66,0	1,50	0,30	13,50
	Итого:					699,60	25,130	21,160	102,180