

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-1о	Омлет натуральный	150		225,50	12,70	18,00	3,20
	гор.напиток	23	Чай витаминизированный	200		21,10	0,50	0,10	4,60
	хлеб	пром.	Хлеб пшеничный	50		117,20	3,80	0,40	24,60
	фрукты	Пром.	Банан	130		122,90	2,00	0,70	27,30
			Итого за Завтрак	530	0	486,70	19,00	19,20	59,70
Обед	закуска	17	Нарезка овощная "Ассорти"	60		12,50	0,74	0,08	2,20
	1 блюдо	392,32-У	Пельмени "Детские" отварные с бульоном	200		364,30	18,00	18,70	30,90
	2 блюдо	234-У	Котлеты рыбные запеченные под сметанно луковым соусом	90		254,50	15,30	10,90	23,70
	гарнир	54-6г	Рис отварной	150		203,50	3,60	4,80	36,40
	напиток	343-У	Компот из фруктовой ягодной смеси	200		54,60	0,50	0,10	12,80
	хлеб черн.	Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50		97,80	3,30	0,60	19,80
			Итого за Обед	750,00	0,00	987,20	41,44	35,18	125,80
			Итого за день	1280	0	1473,90	60,44	54,38	185,50