

Приём пищи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор.блюдо	71.13	Каша овсяная (геркулес) с маслом сливочным	200	18,604	225,2	7,23	9,81	28,8
	Гор.напиток	693.08	Какао с молоком	200	11,924	151,5	4,68	5,15	22,58
	Хлеб	0.08	хлеб пшеничный	40	1,936	88,8	3,04	0,32	19,68
	Фрукт порционно	28.01	яблоко	100-120	19,536	42,7	0,4	0,4	10,0
			Итого:	52,00					
Обед	Закуска	50,08	Салат из свёклы с сыром заправленный маслом растительным	60	10,643	68,27	1,99	4,53	4,95
	1 блюдо	102.16	суп картофельный с бобовыми (горох) с гренками на бульоне	200/10	7,305	129,2	4,8	3,1	19,85
	2 блюдо	279,35	Тефтели «Детские» тушёные в овощном соусе	90	59,19	229,59	12,51	17,31	6,05
	Гарнир	332,02	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	9,302	190,31	5,70	3,43	36,45
	Напиток	519,01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	7,85	78,2	0,06	0,02	20,73
	Хлеб	5,00	хлеб ржано-пшеничный	50	2,42	90,5	1,32	0,24	17,10
			Итого:	96,71					

