

Приём пищи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор.блюдо	267,67	Котлета «Солнечногорская» запечёная под соусом овощным	90	30,27	210,84	16,89	8,73	7,87
	Гарнир	171,05	Гречка отварная с маслом сливочным	150	12,266	223,44	7,58	7,25	37,28
	Гор.напиток	303,03	Кофейный напиток с сахаром	200	2,028	74,9	0	0	19,96
	Хлеб	0,08	Хлеб пшеничный	40	1,936	88,8	3,04	0,32	19,68
	Гастрономия	3,01	Сыр порционно	10	5,5	36,4	2,32	2,95	0
				Итого:	52,00				
Обед	Закуска	0.093П	Салат «Фасолька», заправленный растительным маслом	60	10,643	64,39	1,67	2,35	9,75
	1 блюдо	102,16	Суп-лапша с зеленью на бульоне	200	7,305	136,30	5,1	4,16	19,1
	2 блюдо	279,35	Тефтели из рыбы тушёные в овощном соусе	90	59,19	129,30	11,12	7,11	15,22
	Гарнир	332,02	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	9,302	138,76	3,25	9,25	22,02
	Напиток	519,01	Компот из смеси сухофруктов С-витаминизированный	200	7,85	76,75	0,22	0	19,44
	Хлеб	5,00	хлеб ржано-пшеничный	50	2,42	90,5	1,32	0,24	17,10
				Итого:	96,71				