

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	59	Салат из моркови с яблоками	60	5.24	24	0.64	0.1	5.11
	горячее блюдо	342	Сосиски отварные (2 шт.)	120	43.51	358	12.11	33.92	0.54
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150	6.16	175	5.1	2.56	33.01
	сладкое	113	Джем фруктовый	20	3.13	55	0.1	0	13.76
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	40	3.55	72	3.4	0.64	14.8
	напиток горячий	629	Чай с лимоном	200	5.56	57	0.24	0.05	13.85
	фрукт	118	Плоды свежие.Банан.	125	23.69	123	1.91	0.64	26.67
	Обед	закуска	45	Салат из белокочанной капусты	60	3.87	36	0.79	1.94
1 блюдо		104	Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной	200	21.96	230	11	21.48	38.8
2 блюдо		756	Рагу из птицы	240	34.92	335	21.68	4.83	29.97
напиток		347	Напиток витаминный	200	6.44	114	0.39	1.51	17.52
хлеб черный		116	Хлеб ржано-пшеничный	60	2.81	120	4.62	0.84	22.44