

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		45/23	Котлета рубленая из куриного филе/Гороховое пюре со сливочным маслом	270	54,80	509,00	16,20	16,60	53,76	
	гор.блюдо									
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	2,50	40,00	0,53		9,47	
	хлеб	пр.	Хлеб в/с	50	3,00	87,50	2,20	0,20	17,50	
	закуска	2	Огурец свежий порционно	60	7,50	6,00	0,32		1,30	
	сладкое									
	доп.витамизац.	пр.	Мандарин свежий порционно	100	18,01					
			Итого:	680	85,01	642,50	19,25	17,80	82,53	
Обед	закуска									
	1 блюдо	1352	Солянка с колбасными изделиями	210	24,50	205,87	6,01	10,04	19,19	
	2 блюдо	16	Куриное филе тушеное соусе с овощами	100	38,00	180,24	10,90	10,30	1,36	
	гарнир	413	Макароны отварные с маслом	200	14,00	247,60	4,66	7,03	42,37	
	сладкое	пр.	Маффин порционно	30	9,94					
	хлеб белый	пр.	Хлеб пшеничный	60	3,60	105,00	2,60	0,24	21,00	
	хлеб черный	пр.	Хлеб ржаной	40	2,40	46,00	1,25		13,30	
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	2,50	40,00	0,53		9,47	
		доп.витаминациа.	пр.	Мандарин свежий порционно	100	18,01				
				Итого:	940	112,95	824,71	25,96	27,61	106,69