

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	23,00	295	7	12	40
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	10,00	60	0.07	0.02	15
	хлеб	701	Хлеб пшеничный	30	3,85	80	2	1	16
		399	Блинчики с повидлом	70	21,00	116	3		
Завтрак 2	фрукты	338	фрукт свежий (яблоко)	100	15,00	47.00	0.40	0.40	10
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								



М.Е. Мещерякова

М.О. Дудкина