

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		N 29	бутерброд с повидлом	30/20	5,80	129	2,39	0,90	28,0
		N 145	каша овсянная	200	8,34	128,90	2,20	5,41	18,49
		N 428	чай с сахаром	200	1,85	54	0,20	0,05	15,01
		N 7	мюсли	30	2,83	70	2,36	0,3	14,49
		N 304	сосиска отварная	50	16,05	244,15	8,69	22,84	1,80
Обед									
		N 23	салат из помидор	100	7,14	78,56	1,11	6,18	4,62
		N 82	борщ с курицей	250	4,30	10,8	1,8	4,92	10,93
		N 312	пюре картофельное	200	10,84	784,8	4,12	6,4	24,4
		N 231	рассола жареная	60	8,49	124,5	9,42	7,68	5,18
		N 342	котлет из яблок	200	1,49	114,6	0,16	0,16	24,88
		N 7	мюсли	30	2,83	70	2,36	0,3	14,49
		N 7	мюсли ржаной	30	1,45	66	1,4	0,3	13,38