

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	112	вермишель молочная с маслом сливочным	150	11,06	255,60	10,10	11,20	26,90
	гор.напиток	431	чай с сахаром и лимоном	200	3,72	40,00	0	0	9,80
	хлеб	3	бударброд с сыром	40/15	19,52	144,00	5,30	4,10	20,60
	фрукты		яблоко	130	18,20	58,00	0,50	0,50	12,70
Итого за прием пищи				535	52,50	497,60	15,90	15,80	70,00
Завтрак 2	фрукты		нет	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	напиток		молоко	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	сладкое		печенье	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи				0					
Обед	закуска	1	огурец свежий	60	18.0	9,10	0.5	0.1	1,50
	1 блюдо	102	суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	16,18	279,10	5,30	6,20	48,70
	2 блюдо	272	биточки из свинины	100	44,04	180,00	12,40	12,00	4,90
	гарнир	305	рис припущенный с маслом сливочным	150	10,62	213,20	3,60	4,70	37,70
	сладкое	436	напиток лмонный	180	4,82	61.0	0,10	0,00	14,90
	хлеб бел.		нет	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	хлеб черн.		хлеб ржаной	20	2,06	42,00	1,30	0,20	8,50
Итого за прием пищи				760	95,50	723,40	23,20	23,80	116,20
Всего за день					148,00	1292,00	39,10	39,60	186,20
Среднее значение за период					0,00		1,00	1,00	4,00