

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		рис отварной, рыба тушеная в томате с овощами, огурец	300		339	15	11	45
	гор.напиток		сок фруктовый	200		92	1	0	0
	хлеб		хлеб пшеничный	30		60	2	0	14
			яблоко	100		52	26	17	14
					97,43				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								