

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                    | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        | плов с курицей, кукуруза | 270      |       | 402          | 21    | 20   | 36       |
|            | гор.напиток |        | какао                    | 200      |       | 93           | 1     | 1    | 29       |
|            | хлеб        |        | хлеб пшеничный           | 30       |       | 60           | 2     | 0    | 14       |
|            | фрукты      |        |                          |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                          |          | 97,43 |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                          |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                          |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                          |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |        |                          |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     |        |                          |          |       |              |       |      |          |
|            | 2 блюдо     |        |                          |          |       |              |       |      |          |
|            | гарнир      |        |                          |          |       |              |       |      |          |
|            | сладкое     |        |                          |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.   |        |                          |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  |        |                          |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                          |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                          |          |       |              |       |      |          |