

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	333	Макароны с сыром	180	0	308,51	9,97	12,49	39,05
	прочее		Хлеб пшеничный	45	0	104,68	1,19	20,56	1,8
	закуска		Овощи по сезону	60	0	8,93	0,36	0,03	1,8
	сладкое	3	Бутерброд с джемом	50	0	142,8	6,4	8,5	10,3
	напитки	686	Чай с лимоном и сахаром	207	0	42,64	0,27	0,06	10,27
Обед	закуска		Салат из моркови с яблоками	60	0	43,00	0,60	0,10	8,5
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты со сметаной	210	0	78,60	1,75	4,50	7,91
	2 блюдо	436	Жаркое по-домашнему из мяса птицы	200	0	232,23	19,05	7,84	21,36
	прочее		Хлеб ржаной	40	0	64,00	2,65		13,40
	прочее		Хлеб пшеничный	40	0	104,68	3,00	1,16	20,56
	напиток	639	Компот из сухофруктов	200	0	107,55	0,43	0,02	26,42