

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход г	Цена	Калорийность
Завтрак	гор.блюдо	260	Каша "Дружба"	200	9,6	226,2
		65	Бутерброд с джемом	30	4,8	88
	гор. напиток	501	Кофейный напиток с молоком	200	4,6	79
		хлеб	108	Хлеб пшеничный	80	2,25
Завтрак 2	фрукты					
Обед	закуска					
	1 блюдо					
	2 блюдо	406	Плов из отварной птицы	200	52,97	342
	гарнир					
	сладкое	503	Кисель	200	5,37	122
	хлеб бел	108	Хлеб пшеничный	40	2,25	94
хлеб черн	109	Хлеб ржаной	40	1,39	94	

ая с.Шляпники День 5
Неделя 1

Белки	Жиры	Углеводы
5,26	11,72	25,06
0,85	2,15	16,3
3,2	2,7	15,9
6,08	0,62	39,36
15,2	15,1	15,1
200	0	29
40	0,32	19,68
2,64	0,48	13,36