

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Вес блюда, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	К 181/15/	Каша вязкая молочная из манной крупы	210	38.21	185	6.03	7.58	32.25
		ТТК 210/15/	Омлет натуральный	80	36.39	146.4	6.29	12	1.94
	гор.напиток	ТК 376/15/	Чай с сахаром	215	3.68	60	0.07	0.02	15
	хлеб	К 405/15/	Батон хлебный	45	2.72	108.63	3.13	2.1	21.57
				550	81	500.03	15.52	21.7	70.76
Обед	закуска	ТК 47/15/	Салат из квашеной капусты	65	17.5	58.9	1.17	3.3	30.3
	1 блюдо	ТК 96/15/	Рассольник Ленинградский с окорочком	262.5	28.4	161.7	9.3	7.87	12.03
	2 блюдо	К 324/96/	Котлеты рыбные из минтая	90	31.56	171	11.63	7.38	14.26
	гарнир	ТК 312/15/	Пюре картофельное	150	28.32	137.25	3.06	4.8	20.44
	напиток	К 156/08/	Напиток из лимонов	200	10.32	93	0.1	0	24.2
	хлеб бел.	ТТК 1/15/	Хлеб пшеничный	20	2.8	52.2	1.52	0.18	9.38
	хлеб черн.	ТТК 1/15/	Хлеб дарницкий	20	2.6	41.2	1.32	0.22	9.48
				807,5	121.50	715,25	28.1	23.75	120.09