

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо   | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        | сырники из творога с кашей молочной "Дружба" с маслом сливочным | 215      |       | 324,45       | 10,55 | 11,85 | 39,4     |
|            | гор.напиток |        | кофейный напиток с молоком                                      | 200      |       | 60,7         | 3,2   | 2,7   | 6        |
|            | хлеб        |        | хлеб ржаной   | 30       |       | 59,4         | 1,98  | 0,36  | 11,88    |
|            | хлеб        |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            | фрукты      |        | яблоки  | 100      | 74,77 | 47           | 0,4   | 0,4   | 9,8      |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |   |          |       |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            | 1 блюдо     |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            | 2 блюдо     |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            | гарнир      |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            | сладкое     |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            | хлеб бел.   |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            | хлеб черн.  |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |   |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |   | 545      | 74,77 | 492          | 16    | 15    | 67       |