

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо		салат из моркови с мр	80	3-00	100	0,8	3,6	12,6
			фрукто-февельки	40	23-00	104,8	3,5	11,0	4,5
			каше гречневая	180	22-00	288,0	19,4	6,8	45,4
	Горячий напиток		чай с сахаром	200	4-00	35,0	0,2	0,0	9,1
			Хлеб	25	4-00	134,0	4,7	1,0	25,9
	итого		батон	50	8-00	138,0	4,0	2,0	26,0
					64-00				

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	углеводы
Завтрак	Горячее блюдо		салат из моркови	100		100,0	1,1	4,5	14,5
			фрукто-февельки с мр	40		104,8	3,5	11,0	4,5
			каше гречневая	250		401,0	14,4	9,4	63,0
	Горячий напиток		чай с сахаром	200		35,0	0,2	0,0	9,1
			Хлеб	25		111,0	4,2	9,0	39,0
Полдник			чай с сахаром	200		35,0	0,2	0,0	9,1
			батон	50		129,0	4,0	2,0	48,0

