

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо	279	тефтели с соусом	60\20		182	6	13	10
	гарнир	171	каша рассыпчатая гречневая с маслом	120		210	7	7	30
	сладкое								
	хлеб бел.	701	Хлеб пшеничный	20		55	2	1	9
хлеб черн.									
		377	чай с сахаром и лимоном	200		62	0	0	15



М. С. Магдункина

М. С. Магдункина