

| Приём пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------|-----------------|-------------------------|---|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 16/413 | Курица тушеная с овощами в соусе с отварными макаронами | 280 | 53,00 | 438,61 | 14,22 | 19,07 | 43,47 |
| | гор.напиток | 377 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 4,50 | 112,55 | 2,01 | 0,14 | 7,71 |
| | хлеб | пр. | Хлеб пшеничный | 50 | 3,00 | 87,80 | 2,20 | 0,20 | 17,50 |
| | закуска | 20 | Огурец свежий порционно | 60 | 7,30 | 5,25 | 0,32 | | 1,34 |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | доп.витаминациа | пр. | Яблоко свежее порционно | 150 | 18,01 | | | | |
| | | | Итого: | 740 | 85,81 | 644,21 | 18,75 | 19,41 | 70,02 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 21 | Суп гороховый на говяжьем бульоне | 210 | 24,50 | 134,75 | 4,49 | 5,28 | 21,33 |
| | 2 блюдо | 44 | Плов из гречки с куриным филе | 220 | 52,00 | 429,78 | 17,14 | 19,38 | 35,60 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб белый | пр. | Хлеб пшеничный | 60 | 3,60 | 105,00 | 2,60 | 0,24 | 21,00 |
| | хлеб черный | пр. | Хлеб ржаной | 40 | 2,40 | 46,00 | 1,25 | | 13,30 |
| | гор.напиток | 19 | Чай с сахаром | 200 | 2,50 | 40,00 | 0,53 | | 9,47 |
| доп.витаминациа | пр. | Яблоко свежее порционно | 150 | 18,01 | | | | | |
| | | | Итого: | 880 | 112,95 | 755,53 | 26,01 | 24,9 | 100,70 |