Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	закуска	70	Овощи по сезону	60.0		11.5	0.65	0.05	2.10
•	2 блюдо	229	Рыба тушеная с овощами	100.0		98.6	9.70	5.00	3.70
	гарнир	303	Каша вязкая рисовая	170.0		174.3	2.90	4.70	30.10
	хлеб	пр	Хлеб пшеничный	40.0		70.2	2.40	0.20	14.70
	гар.напиток	377	Чай с лимоном	200.0		61.5	0.13	0.02	15.20
		пр	Кондитерские изделия	15.0		101.4	1.48	4.31	14.17
	ИТОГО			585.0		517.4			
Завтрак 2	фрукты								
	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								