

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
214	Омлет натуральный с маслом	200	19,28	31,83	3,64	378,34	61,50
377	Чай с лимоном	200	0,16	0,01	14,92	61,56	10,50
	Батон витаминизированный	30	2,25	0,87	15,42	78,60	3,45
	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,12	10,04	47,36	2,25
89	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15,50
	Итого за прием	550	23,62	33,23	53,82	612,86	93,50
	Обед						
76	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	2,22	5,22	16,42	122,17	42,24
276	Жаркое по-домашнему из говядины	280	33,53	32,24	28,98	540,57	122,60
394	Компот из свежих фруктов	200	0,20	0,20	27,90	115,00	11,60
	Хлеб пшеничный	40	3,05	0,25	20,07	94,73	4,50
	Хлеб ржаной	30	1,99	0,26	12,72	61,19	3,40
	Итого за прием	800	40,99	38,17	106,09	933,66	184,34
	Итого за день	1350	64,61	71,40	159,91	1546,52	277,54