

| Прием пищи | № рец. | Блюдо | Выход, г | калорийнос | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------------------|--------|---|-------------|-------------|-----------|-----------|------------|
| Бесплатный завтрак | 295 | Биточек куриный запеченный 1/90 | 90 | 287 | 13 | 16 | 17 |
| | 71 | Томатный соус 1/20 | 20 | 10 | 0 | 0 | 1 |
| | 171 | Рис отварной с маслом 1/150 | 150 | 214 | 4 | 5 | 40 |
| | 387 | Напиток фруктово-ягодный витаминизированный 1/200 | 200 | 48 | 0 | 0 | 12 |
| | 17615 | Хлеб пшеничный 2/26 | 52 | 154 | 4 | 4 | 26 |
| | | итого | 512 | 713 | 21 | 25 | 96 |
| Бесплатный обед | 88 | Щи из свежей капусты с курицей 1/200 | 200 | 68 | 4 | 3 | 7 |
| | 260 | Гуляш венгерский 1/45/45 | 90 | 271 | 7 | 6 | 24 |
| | 202 | Макароны отварные 1/150 | 150 | 222 | 5 | 5 | 38 |
| | 342 | Компот из яблок 1/200 | 200 | 70 | 0 | 0 | 17 |
| | 59309 | Хлеб ржаной 2/30 | 60 | 146 | 4 | 2 | 28 |
| | | итого | 700 | 777 | 20 | 16 | 114 |
| Бесплатный полдник | 7 | Горячий бутерброд с сыром и маслом 1/30/15/2 | 47 | 131 | 6 | 6 | 13 |
| | - | Кондитерское изделие (печенье) | 50 | 202 | 4 | 6 | 36 |
| | 387 | Компот из свежих ягод и фруктов 1/210 | 210 | 107 | 1 | 0 | 26 |
| | | итого | 307 | 440 | 11 | 12 | 75 |
| | | всего | 1519 | 1930 | 52 | 53 | 285 |