

наименование	Вес, кг	Белки на 10	Жиры на 10	Углеводы н	Ккал. на 100	Стоимость, руб
завтрак						
Яйцо отварное	0.04	12.6	10.6	1.12	155	40
Каша рисовая на молоке	0.25	3	3	16	97	45
Чай с сахаром	0.2	0.1	0	7	28	30
Хлеб 1 сорт	0.07	7.9	1	48.3	235	5
ИТОГО	0.56					
Обед						
Салат из свеж капусты	0.1	1.5	1.7	7.2	50.2	30
Суп с фрикадельками	0,250/0,040	2.6	3	3.9	53.1	90
Сосиска	0.1	9.9	18.9	0.7	212.4	60
Каша гречневая	0.2	4.2	1.1	18.6	100.9	52
Компот из вишни	0.2	0.3	0.1	14.7	58	35
Хлеб 1 сорт	2 / 0,035	7.9	1	48.3	235	5
ИТОГО	0.97					
полдник						
Печенье Мяч (коржик)	0.14	4.8	14.5	45	327.1	42
Сок яблочный	0.2	0.5	0.1	10.1	46	35
ИТОГО	0.34					