

Понедельник, 1 неделя

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
212	Каша из крупы «Геркулес» вязкая	180	7,4	8	28	212,8
465	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88
63	Бутерброд с сыром	40	6,9	9	10	149
82	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44
	Итого завтрак:	520	17,5	19,9	61,4	493,8