Код продукта	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углев., г		
Завтрак								
2008	175	Суп молочный с макаронными изделиями	180	4,7	6,6	19,4	158	0,5
2008	3	Бутерброд с сыром	41/12	4,7	7,1	16,7	146	0,1
2008	476	Какао с молоком	150	3,8	4,2	18,8	107	0,6
Итого			391	13,2	17,9	48,7	409	1,2
II Завтрак								
2008	942	Сок фруктовый	80	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			80	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	70	Салат из соленых огурцов с луком	40	0,4	1,7	1,7	22	2,4
2008	80	Борщ сибирский со сметаной и зеленым луком	200/5	4,4	5,1	14,2	121	11,1
2008	250	Жаркое по-домашнему	110	9,5	7,9	13,5	157	11
2008	401	Компот из яблока	180	0,3	0,1	19,1	82	0
2008		Хлеб ржаной	45	3	0,4	19,2	92	0
Итого			587	17,3	16,2	71,7	496	24,5
Полдник								
2008	464	Сырники творожные с молоком	80	14,5	6,6	29	170	0
2008	456	Молоко цельное	118	3,5	2,9	4,8	81	0,1
Итого			198	7,9	7,4	33,8	234	0,1
Ужин								
2008	219	Овощи из яиц отвора запеченные с молочным соусом	150/5	11,7	8,7	20,5	207	0,1
2008		Свежий огурец	60	0,2	0,2	4,9	24	2
2008		Хлеб пшеничный	25	2,1	0,2	13,8	68	0
2008	457	Чай с сахаром и лимоном	200	0,1		7,9	33	0,2
Итого			394	14,1	9,1	47,1	332	2,3
Всего				52,6	49,7	274,9	1610	30,12