

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№14стр86	Масло сливочное (порциями) 10	10		66,00	0,08	7,25	0,13
		№229стр194	Рыба тушеная в томате с овощами 80 шк.	80		79,00	7,80	3,96	3,04
		№125стр134	Картофель отварной 155 шк.	155		155,00	2,98	5,84	20,65
		№377стр270	Чай с лимоном 200/3,5 шк.	203,5		53,45	0,12	0,02	13,19
		ткк251/1	Батон " Школьный " 50	50		114,00	3,16	1,55	21,88
Итого завтрак:					70,00				
Обед		102стр123	Суп картофельный с горохом 250	250		148,25	5,49	5,25	16,53
		ткк№5	Тефтели из птицы в соусе сметанном с томатом 70 шк.	70		115,30	6,83	6,45	7,47
		№202стр180	Макаронные изделия отварные с маслом 155	155		202,56	5,65	5,99	31,52
		№398стр314	Напиток из плодов шиповника 200*шк.	200		68,20	0,67	0,27	15,77
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
		ткк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		72,12	2,22	0,30	15,14
Итого обед:					90,00				
Полдник		№431стр303	Булочка " Розовая " 50	50		122,50	4,00	1,40	23,00
		ткк195	Чай с сахаром 200 **шк	200		48,50	0,07	0,02	12,00
Итого полдник:					40,00				