

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№570стр325	Маринад овощной 30	30		27,36	0,60	0,03	6,16
		№235стр199	Шницель рыбный натуральный 40 шк.	40		65,60	5,50	3,24	3,60
		128стр.135	Картофельное пюре 155	155		181,50	3,25	9,61	18,88
		ткк195	Чай с сахаром 200 **шк	200		48,50	0,07	0,02	12,00
		ткк251/1	Батон " Школьный " 50	50		114,00	3,16	1,55	21,88
Итого завтрак:					75,00				
Обед		ткк№181	Салат " Осенний " 50	50		43,30	0,68	2,60	4,28
		95стр120	Рассольник домашний со сметаной 250/5	255		122,50	2,22	5,84	12,87
		№291стр233	Плов из птицы 200 шк.	200		298,66	18,00	8,95	36,45
		ткк349/2	Компот из изюма +С витаминизация 200* шк.	200		120,00	0,34	0,07	29,50
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
		ткк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		60,30	2,31	0,42	11,31
Итого обед:					95,00				
Полдник		ткк№81	Плюшка " Московская " 50	50		166,00	3,90	4,65	28,90
		№401ст316	Йогурт 200	200		162,00	6,54	5,00	22,60
Итого полдник:					40,00				