

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	№14стр86	Масло сливочное (порциями) 10	10		66,00	0,08	7,25	0,13
	гор.блюдо	ттк№179	Пудинг из творога (запеченный без изюма) с соусом молочным (сладким) 160	160	75	357,57	20,44	15,58	33,68
	напиток	ттк342	Какао с молоком 200* шк.	200		93,20	3,72	3,36	12,20
	хлеб бел	ттк№251/1	Батон " Школьный " 30	30		68,40	1,90	0,93	13,10
Завтрак:				400,00		585,17	26,14	27,12	59,11

Итого завтрак: 75,00

Обед	1 гор.блюдо	№88стр117	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	255	95	97,80	1,89	5,70	8,08
	2 гор.блюдо	№288стр259	Фрикадельки мясные в соусе сметанном с томатом 120	120		158,00	9,45	9,56	8,43
	2 гор.блюдо	№304стр240	Рис отварной 150	150		209,70	3,65	5,37	36,68
	напиток	ттк349/2	Компот из изюма +С витаминизация 200* шк.	200		120,00	0,34	0,07	29,50
	хлеб бел	т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
	хлеб черн	ттк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		60,30	2,31	0,42	11,31
Обед:				785,00		710,90	19,65	21,42	107,59

Итого обед: 95,00

Полдник	выпечка	ттк №49/1	Кекс " Радуга " * 50	50	40	228,50	3,10	13,90	22,80
	напиток	№401ст316	Йогурт 200	200		162,00	6,54	5,00	22,60
Полдник:				250,00		390,50	9,64	18,90	45,40

Итого полдник: 40,00