

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№15стр86	Сыр ( порциями ) 10	10		36,00	2,32	2,95	
		ттк№179	Пудинг из творога (запеченный без изюма) с соусом молочным (сладким) 160	160		357,57	20,44	15,58	33,68
		ттк342	Какао с молоком 200* шк.	200		93,20	3,72	3,36	12,20
		ттк№251/1	Батон " Школьный " 30	30		68,40	1,90	0,93	13,10
				<b>Завтрак:</b>	<b>400,00</b>	<b>555,17</b>	<b>28,38</b>	<b>22,82</b>	<b>58,98</b>
				<b>Итого завтрак:</b>		<b>75,00</b>			
Обед		52стр101	Салат из свеклы отварной 50	50		46,95	0,72	3,05	4,18
		№88стр117	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/5	255		97,80	1,89	5,70	8,08
		№288,№355	Фрикадельки мясные в томатном соусе 120	120		154,70	9,09	9,08	9,03
		№304стр240	Рис отварной 150	150		209,70	3,65	5,37	36,68
		ттк349/2	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
		ттк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		60,30	2,31	0,42	11,31
				<b>Обед:</b>	<b>835,00</b>	<b>754,55</b>	<b>20,01</b>	<b>23,99</b>	<b>112,37</b>
				<b>Итого обед:</b>		<b>95,00</b>			
Полдник			Печенье Чоко-Гай 1/28г	28		128,00	2,10	5,32	18,20
		№401ст316	Йогурт 200	200		162,00	6,54	5,00	22,60
				<b>Полдник:</b>	<b>228,00</b>	<b>290,00</b>	<b>8,64</b>	<b>10,32</b>	<b>40,80</b>
				<b>Итого полдник:</b>		<b>40,00</b>			