

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№15стр86	Сыр (порциями) 10	10		36,00	2,32	2,95	
		№229стр194	Рыба, тушеная в томате с овощами 80 шк.	80		79,00	7,80	3,96	3,04
		303стр240	Каша вязкая из гречневой крупы 150	150		145,50	4,58	5,01	20,52
		№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
Завтрак:				493,50		427,95	17,98	13,49	58,63

Итого завтрак: 75,00

Обед		102стр123	Суп картофельный с горохом 250	250		148,25	5,49	5,25	16,53
		ткк№5	Тефтели из птицы с соусом сметанным с томатом 100 шк.	100		154,10	8,76	8,69	10,21
		№202стр180	Макаронные изделия отварные с маслом 155	155		202,56	5,65	5,99	31,52
		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
Обед:				765,00		750,31	24,56	20,72	112,66

Итого обед: 95,00

Полдник		406,405,46	Пирожок печеный с картофелем 75 шк.	75		191,25	4,88	5,87	29,68
		ткк195	Чай с сахаром 200 **шк	200		48,50	0,07	0,02	12,00
Полдник:				275,00		239,75	4,95	5,89	41,68

Итого полдник: 40,00