

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
Завтрак:				400,00		555,17	28,38	22,82	58,98

Итого завтрак: 75,00

Обед		№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
Обед:				785,00		707,60	19,29	20,94	108,19

Итого обед: 95,00

Полдник		ттк№37	Кекс " Йогуртный " * 50	50		229,00	2,80	14,00	23,00
		к/р№60	Кефир 200	200		100,00	5,80	5,00	8,00
Полдник:				250,00		329,00	8,60	19,00	31,00

Итого полдник: 40,00