

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		ттк№8/1	Омлет натуральный 130.	130		254,00	11,46	22,00	2,20
		ттк№343	Кофейный напиток с молоком 215 шк.	215		73,00	3,04	2,66	9,23
		ттк251/1	Батон " Школьный " 50	50		114,00	3,16	1,55	21,88
		№338стр253	Яблоко свежее 160	160		75,20	0,64	0,64	15,68
Завтрак:				555,00		516,20	18,30	26,85	48,99
Итого завтрак:					75,00				
Обед		№82стр114	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250/5	255		111,80	1,93	5,67	11,11
		№286	Тефтели мясные в соусе 90 шк	90		135,07	7,48	7,75	8,85
		№171стр162	Каша рассыпчатая из гречневой крупы 160	160		280,00	8,85	9,55	39,86
		ттк№349/4	Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация 200* шк.	200		110,60	0,65	0,08	26,80
		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:				765,00		762,87	23,23	23,77	111,52
Итого обед:					95,00				
Полдник		ттк№174	Печенье " Курабье " * 75	75		384,00	5,70	2,45	54,67
		Ш-сб№349	Компот из смеси сухофруктов 200* шк.	200		110,60	0,65	0,08	26,80
Полдник:				275,00		494,60	6,35	2,53	81,47
Итого полдник:					40,00				