

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№14стр86	Масло сливочное (порциями) 10	10		66,00	0,08	7,25	0,13
		№174стр163	Каша вязкая молочная " Геркулес" 200/5	205		256,90	7,69	8,85	36,62
		ттк342	Какао с молоком 215 шк.	215		93,20	3,72	3,36	12,20
		ттк№251/1	Батон " Школьный " 30	30		68,40	1,90	0,93	13,10
		№338стр253	Яблоко свежее 140	140		65,80	0,56	0,56	13,72
Завтрак:				600,00		550,30	13,95	20,95	75,77
Итого завтрак:					75,00				
Обед		№45стр 99	Салат из белокочанной капусты 50	50		30,20	0,66	1,62	3,23
		ттк№ 289	"Уха "Золотая рыбка" 250/20 шк.	270		106,00	2,20	2,78	15,39
		т/к265	Гуляш из птицы 100 шк.	100		194,25	11,61	14,73	4,24
		128стр.135	Картофельное пюре 150 шк.	150		148,45	3,21	5,99	18,81
		ттк№349/4	Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация 200* шк.	200		110,60	0,65	0,08	26,80
		т/к249	Хлеб пшеничный 50	50		130,85	3,95	0,65	27,30
			Хлеб ржано-пшеничный 50	50		120,20	3,70	0,50	25,23
Обед:				870,00		840,55	25,98	26,35	121,00
Итого обед:					95,00				
Полдник		№469стр352	Булочка " Домашняя " 75 шк	75		268,50	5,46	9,39	40,44
		№385стр273	Молоко кипяченое 200	200		107,00	5,80	5,00	9,60
Полдник:				275,00		375,50	11,26	14,39	50,04
Итого полдник:					40,00				