

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№8/1	Омлет натуральный 130 шк.	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 140	140		65,80	0,56	0,56	13,72
Завтрак:				545,00		542,80	20,54	29,72	47,03
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		78,51	2,37	0,39	16,38
		ттк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		72,10	2,20	0,30	15,13
Обед:				765,00		788,08	23,48	23,74	118,13
Итого обед:					95,00				
Полдник		ттк№171/1	Печенье " Песочное " 75	75		412,50	6,00	22,42	45,50
		ттк№393	Кисель 200* шк.	200		132,00	0,22	0,01	32,77
Полдник:				275,00		544,50	6,22	22,43	78,27
Итого полдник:					40,00				