

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
		№171стр162	Каша рассыпчатая из гречневой крупы 160	160		280,00	8,85	9,55	39,86
		ткк195	Чай с сахаром 215 шк	215		48,50	0,07	0,02	12,00
		ткк251/1	Батон " Школьный " 60	60		136,80	3,80	1,86	26,20
Завтрак:				525,00		580,30	22,84	18,34	81,10
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		78,51	2,37	0,39	16,38
		ткк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		72,10	2,20	0,30	15,13
Обед:				765,00		775,52	24,81	20,69	119,27
Итого обед:					95,00				
Полдник		406,405,46	Пирожок печеный с картофелем 75 шк.	75		191,25	4,88	5,87	29,68
		ткк№393	Кисель 200* шк.	200		132,00	0,22	0,01	32,77
Полдник:				275,00		323,25	5,10	5,88	62,45
Итого полдник:					40,00				