

| Прием пищи            | Раздел | № рец.     | Блюдо  | Выход, г      | Цена         | Калорийность  | Белки        | Жиры         | Углеводы     |
|-----------------------|--------|------------|--|---------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| Завтрак               |        | №209       | Яйцо вареное 40  | 40            |              | 63,00         | 5,08         | 4,60         | 0,28         |
|                       |        | №173стр163 | Каша вязкая молочная из пшенной крупы 200/5            | 205           |              | 260,00        | 7,76         | 7,64         | 40,07        |
|                       |        | ттк195     | Чай с сахаром 215 шк                                   | 215           |              | 48,50         | 0,07         | 0,02         | 12,00        |
|                       |        | ттк251/1   | Батон " Школьный " 50                                  | 50            |              | 114,00        | 3,16         | 1,55         | 21,88        |
| <b>Завтрак:</b>       |        |            |  | <b>510,00</b> |              | <b>485,50</b> | <b>16,07</b> | <b>13,81</b> | <b>74,23</b> |
| <b>Итого завтрак:</b> |        |            |  |               | <b>75,00</b> |               |              |              |              |
| Обед                  |        | №88стр117  | Щи из свежей капусты с картофелем 250                  | 250           |              | 89,75         | 1,76         | 4,95         | 7,90         |
|                       |        | ттк№240    | Каша гречневая с говядиной тушеной 150                 | 150           |              | 198,60        | 9,57         | 8,60         | 20,74        |
|                       |        | 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        |
| <b>Обед:</b>          |        |            |  | <b>660,00</b> |              | <b>549,56</b> | <b>16,55</b> | <b>14,32</b> | <b>86,95</b> |
| <b>Итого обед:</b>    |        |            |  |               | <b>96,00</b> |               |              |              |              |
| Полдник               |        | ттк№174    | Печенье " Курабье " * 75                               | 75            |              | 384,00        | 5,70         | 2,45         | 54,67        |
|                       |        | ттк195     | Чай с сахаром 200 **шк                                 | 200           |              | 48,50         | 0,07         | 0,02         | 12,00        |
| <b>Полдник:</b>       |        |            |  | <b>275,00</b> |              | <b>432,50</b> | <b>5,77</b>  | <b>2,47</b>  | <b>66,67</b> |
| <b>Итого полдник:</b> |        |            |  |               | <b>40,00</b> |               |              |              |              |