

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, тушенная 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
		№377стр270	Чай с лимоном 218 шк.	218		53,45	0,12	0,02	13,19
		тк251/1	Батон " Школьный " 50	50		114,00	3,16	1,55	21,88
Завтрак:				518,00		562,45	22,25	18,03	77,97
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
		№398стр314	Напиток из плодов шиповника 200*шк.	200		68,20	0,67	0,27	15,77
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		78,51	2,37	0,39	16,38
		тк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		72,10	2,20	0,30	15,13
Обед:				765,00		723,72	25,14	20,89	105,54
Итого обед:					96,00				
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				