

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
		ттк№251/1	Батон " Школьный " 30	30		68,40	1,90	0,93	13,10
		№338стр253	Апельсин 180	180		104,58	1,62	0,36	23,56
Завтрак:				565,00		535,98	20,34	28,90	48,09
Итого завтрак:					75,00				
Обед		№82стр114	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250/5	255		111,80	1,93	5,67	11,11
		№278стр225	Тефтели мясные (1-й вариант) в соусе 90	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
		№342стр255	Компот из свежих яблок +С витаминизация 200	200		114,60	0,16	0,16	27,88
		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		792,08	22,99	23,82	119,21
Итого обед:					96,00				
Полдник		ттк№187/1	Печенье " Антошка " * 75	75		366,00	5,70	17,77	45,75
		ттк№393	Кисель 200* шк.	200		132,00	0,22	0,01	32,77
Полдник:				275,00		498,00	5,92	17,78	78,52
Итого полдник:					40,00				