

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№570стр325	Маринад овощной 30	30		27,36	0,60	0,03	6,16
		№235стр199	Шницель рыбный натуральный 50 шк.	50		82,00	6,88	4,05	4,50
		№202стр180	Макаронные изделия отварные с маслом 155	155		202,56	5,65	5,99	31,52
		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:				510,00		497,22	17,00	11,95	80,38
Итого завтрак:					75,00				
Обед			Зеленый горошек порционно 30	30		29,79	0,86	1,85	2,41
		95стр120	Рассольник домашний со сметаной 250/5	255		122,50	2,22	5,84	12,87
		№265стр217	Плов 200	200		429,00	21,98	22,52	34,69
		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:				745,00		851,90	29,97	30,97	110,98
Итого обед:					96,00				
Полдник		81	Плюшка " Московская " 75 ШК	75		249,00	5,85	7,00	43,35
		№386стр273	Ряженка 200	200		102,20	5,80	5,00	8,40
Полдник:				275,00		351,20	11,65	12,00	51,75
Итого полдник:					40,00				