

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 160	160		68,80	1,44	0,32	12,96
Завтрак:				545,00		500,20	20,16	28,86	37,49
Итого завтрак:					75,00				
Обед		№82стр114	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250/5	255		111,80	1,93	5,67	11,11
		260стр215	Гуляш 80 шк.	80		176,80	11,64	13,43	2,31
		№171стр162	Каша рассыпчатая из гречневой крупы 160	160		280,00	8,85	9,55	39,86
		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
Обед:				755,00		829,81	27,64	29,42	111,59
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				