

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№14стр86	Масло сливочное (порциями) 10	10		66,00	0,08	7,25	0,13
		ткк№8/1	Омлет натуральный 130 шк.	130		254,00	11,46	22,00	2,20
		ткк№343	Кофейный напиток с молоком 215 шк.	215		73,00	3,04	2,66	9,23
		ткк251/1	Батон " Школьный " 50	50		114,00	3,16	1,55	21,88
		№338стр253	Яблоко свежее 120	120		56,40	0,48	0,48	11,76
Завтрак:				525,00		563,40	18,22	33,94	45,20

Итого завтрак: 75,00

Обед		№82стр114	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250/5	255		111,80	1,93	5,67	11,11
		ткк№5	Тефтели из птицы с соусом сметанным с томатом 100 шк.	100		154,10	8,76	8,69	10,21
		№171стр162	Каша рассыпчатая из гречневой крупы 160	160		280,00	8,85	9,55	39,86
		ткк№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
		ткк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		72,10	2,20	0,30	15,13
Обед:				775,00		807,11	24,76	24,68	119,49

Итого обед: 96,00

Полдник		ткк№174	Печенье " Курабье " * 75	75		384,00	5,70	2,45	54,67
		ткк195	Чай с сахаром 200 **шк	200		48,50	0,07	0,02	12,00
Полдник:				275,00		432,50	5,77	2,47	66,67

Итого полдник: 40,00