

| Прием пищи | Раздел | № рец.     | Блюдо                                                         | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|--------|------------|---------------------------------------------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    |        | №15стр86   | Сыр ( порциями ) 10                                           | 10       |      | 36,00        | 2,32  | 2,95  |          |
|            |        | т/к292     | Котлеты рубленые из птицы " Крепыш " с соусом томатным 80 шк. | 80       |      | 90,95        | 7,54  | 6,84  | 9,60     |
|            |        | №202стр180 | Макаронные изделия отварные с маслом 155                      | 155      |      | 202,56       | 5,65  | 5,99  | 31,52    |
|            |        | т/к195     | Чай с сахаром 212 шк.                                         | 212      |      | 48,50        | 0,07  | 0,02  | 12,00    |
|            |        | т/к251/1   | Батон " Школьный " 50                                         | 50       |      | 114,00       | 3,16  | 1,55  | 21,88    |
| Завтрак:   |        |            |                                                               | 507,00   |      | 492,01       | 18,74 | 17,35 | 75,00    |

Итого завтрак: 75,00

|       |  |            |                                                    |        |  |        |       |       |       |
|-------|--|------------|----------------------------------------------------|--------|--|--------|-------|-------|-------|
| Обед  |  | №88стр117  | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/5 | 255    |  | 97,80  | 1,89  | 5,70  | 8,08  |
|       |  | т/к265     | Гуляш из птицы 80 шк.                              | 80     |  | 157,00 | 9,30  | 11,80 | 3,40  |
|       |  | №171стр162 | Каша рассыпчатая из перловой крупы 160             | 160    |  | 220,00 | 4,64  | 7,79  | 32,91 |
|       |  | №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 |
|       |  | т/к250     | Хлеб ржано-пшеничный 30                            | 30     |  | 72,10  | 2,20  | 0,30  | 15,13 |
| Обед: |  |            |                                                    | 755,00 |  | 693,61 | 21,07 | 26,25 | 91,67 |

Итого обед: 96,00

|          |  |            |                                |        |  |        |      |      |       |
|----------|--|------------|--------------------------------|--------|--|--------|------|------|-------|
| Полдник  |  | №471стр353 | Булочка " Винни - Пух " 60 шк. | 60     |  | 179,00 | 6,79 | 1,74 | 33,94 |
|          |  | т/к№10     | Напиток лимонный 200           | 200    |  | 98,44  | 0,14 | 0,01 | 24,43 |
| Полдник: |  |            |                                | 260,00 |  | 277,44 | 6,93 | 1,75 | 58,37 |

Итого полдник: 40,00