

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№15стр86	Сыр (порциями) 10	10		36,00	2,32	2,95	
		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 140	140		65,80	0,56	0,56	13,72
Завтрак:				545,00		542,80	20,54	29,72	47,03

Итого завтрак: 75,00

Обед		№103стр124	Суп картофельный с макаронными изделиями 250	250		118,30	2,69	2,84	17,46
		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
		№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
		ткк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		72,10	2,20	0,30	15,13
Обед:				770,00		771,21	25,54	22,04	114,81

Итого обед: 96,00