

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
		ттк251/1	Батон " Школьный " 50	50		114,00	3,16	1,55	21,88
		№338стр253	Яблоко свежее 160	160		75,20	0,64	0,64	15,68
<b>Завтрак:</b>				<b>565,00</b>		<b>552,20</b>	<b>20,62</b>	<b>29,80</b>	<b>48,99</b>

**Итого завтрак: 75,00**

Обед		№82стр114	Борщ с капустой и картофелем, сметаной, зелень 250/5/3	258		111,80	1,93	5,67	11,11
		ттк№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
		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
<b>Обед:</b>				<b>778,00</b>		<b>807,11</b>	<b>24,76</b>	<b>24,68</b>	<b>119,49</b>

**Итого обед: 96,00**

Полдник		ттк№171/1	Печенье " Песочное " 75	75		412,50	6,00	22,42	45,50
		ттк195	Чай с сахаром 200 **шк	200		48,50	0,07	0,02	12,00
<b>Полдник:</b>				<b>275,00</b>		<b>461,00</b>	<b>6,07</b>	<b>22,44</b>	<b>57,50</b>

**Итого полдник: 40,00**