

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	Мандарин 110	110		41,80	0,88	0,22	8,25
<b>Завтрак:</b>				<b>515,00</b>		<b>518,80</b>	<b>20,86</b>	<b>29,38</b>	<b>41,56</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
		№250стр209	Бефстроганов 80 шк.	80		232,00	12,16	18,48	4,10
		№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>758,00</b>		<b>885,01</b>	<b>28,16</b>	<b>34,47</b>	<b>113,38</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**