

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		ттк№108	Биточек из цыплят с соусом томатным 80 шк.	80		195,35	8,45	13,36	10,20
		№202стр180	Макаронные изделия отварные с маслом 155	155		202,56	5,65	5,99	31,52
		№377стр270	Чай с лимоном 217 шк.	217		53,45	0,12	0,02	13,19
		ттк251/1	Батон " Школьный " 50	50		114,00	3,16	1,55	21,88
			Завтрак:	502,00		565,36	17,38	20,92	76,79
Итого завтрак:					75,00				
Обед		№101стр123	Суп картофельный с рисовой крупой, цыплятами,зелень 10/250/2	262		111,35	4,07	4,09	14,58
		№256стр240	Котлета рыбная любительская с соусом томатным 90 шк.	90		103,35	8,44	3,80	8,81
		№143стр142	Рагу из овощей 185	185		255,60	3,19	19,78	15,48
		№398стр314	Напиток из плодов шиповника 200*шк.	200		68,20	0,67	0,27	15,77
		ттк№192	Хлеб пшеничный 50	50		130,85	3,95	0,65	27,30
		ттк№105/1	Хлеб ржано-пшеничный 50	50		120,20	3,70	0,50	25,23
			Обед:	837,00		789,55	24,02	29,09	107,17
Итого обед:					96,00				
Полдник		478стр361	Булочка Осенняя 50	50		155,80	3,35	4,98	24,40
		389№274	Сок фруктовый 200*	200		84,80	1,00		20,20
Полдник:				250,00		240,60	4,35	4,98	44,60
Итого полдник:					40,00				