

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№570стр325	Маринад овощной 30	30		27,36	0,60	0,03	6,16
		№235стр199	Шницель рыбный натуральный 50 шк.	50		82,00	6,88	4,05	4,50
		№304стр240	Рис отварной 150	150		209,70	3,65	5,37	36,68
		ткк195	Чай с сахаром 212 шк.	212		48,50	0,07	0,02	12,00
		ткк251/1	Батон " Школьный " 60	60		136,80	3,80	1,86	26,20
<b>Завтрак:</b>				<b>502,00</b>		<b>504,36</b>	<b>15,00</b>	<b>11,33</b>	<b>85,54</b>
<b>Итого завтрак:</b>					<b>75,00</b>				
Обед		ткк№181	Салат " Осенний " 50	50		43,30	0,68	2,60	4,28
		№80стр132	Суп картофельный с пшеном и зеленью 250/2	252		91,50	2,17	2,83	14,28
		ткк№112/1	Жаркое из цыплят 200 шк.	200		231,10	13,72	11,46	18,27
		ткк349/2	Компот из изюма +С витаминизация 200* шк.	200		120,00	0,34	0,07	29,50
		ткк№192	Хлеб пшеничный 50	50		130,85	3,95	0,65	27,30
		ткк№105/1	Хлеб ржано-пшеничный 60	60		144,24	4,44	0,60	30,27
<b>Обед:</b>				<b>812,00</b>		<b>760,99</b>	<b>25,30</b>	<b>18,21</b>	<b>123,90</b>
<b>Итого обед:</b>					<b>96,00</b>				
Полдник		ткк№37/2	" Маффин шоколадный " 50*	50		194,00	2,58	9,10	25,80
		№386стр273	Бифидок 200	200		113,42	5,70	5,00	12,12
<b>Полдник:</b>				<b>250,00</b>		<b>307,42</b>	<b>8,28</b>	<b>14,10</b>	<b>37,92</b>
<b>Итого полдник:</b>					<b>40,00</b>				