

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№209	Яйцо вареное 40	40		63,00	5,08	4,60	0,28
		№175стр164	Каша вязкая молочная из риса и пшена "Дружба" 200/5	205		214,89	5,04	7,05	32,46
		ттк№343	Кофейный напиток с молоком 215 шк.	215		73,00	3,04	2,66	9,23
		ттк251/1	Батон " Школьный " 60	60		136,80	3,80	1,86	26,20
Завтрак:				520,00		487,69	16,96	16,17	68,17

Итого завтрак: 75,00

Обед		№51стр101	Салат из свеклы с курагой 60	60		80,40	1,11	3,63	10,84
		№103стр124	Суп картофельный с макаронными изделиями,зелень 250/3	253		118,30	2,69	2,84	17,46
		ттк№229	Капуста тушеная с мясом 160 шк.	160		149,44	13,69	5,40	11,51
		ттк№349/4	Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация 200* шк.	200		110,60	0,65	0,08	26,80
		т/к249	Хлеб пшеничный 40	40		104,68	3,16	0,52	21,84
		ттк№105/1	Хлеб ржано-пшеничный 50	50		120,20	3,70	0,50	25,23
Обед:				763,00		683,62	25,00	12,97	113,68

Итого обед: 96,00