

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		ттк№11	Булочка " Витушка " 50 шк.	50		218,00	4,40	8,00	34,60
		№174стр163	Каша вязкая молочная " Геркулес" 200/5	205		256,90	7,69	8,85	36,62
		ттк195	Чай с сахаром 212 шк.	212		48,50	0,07	0,02	12,00
		ттк251/1	Батон " Школьный " 50	50		114,00	3,16	1,55	21,88
Завтрак:				517,00		637,40	15,32	18,42	105,10

Итого завтрак: 75,00

Обед		ттк№182	Салат картофельный с морковью 100	100		86,60	1,36	5,20	8,56
		№82стр114	Борщ с капустой и картофелем, сметаной, зелень 250/5/3	258		111,80	1,93	5,67	11,11
		№298с265	Голубцы ленивые из птицы. Соус сметанный 190	190		229,70	14,36	13,30	13,11
		ттк№349/1	Компот из кураги + С витаминизация 200* шк.	200		93,00	0,75	0,04	22,38
		ттк№192	Хлеб пшеничный 50	50		130,85	3,95	0,65	27,30
		ттк№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		96,13	2,93	0,40	20,17
Обед:				838,00		748,08	25,28	25,26	102,63

Итого обед: 96,00