

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№15стр86	Сыр (порциями) 10	10		36,00	2,32	2,95	
		т/к292	Котлеты рубленые из птицы " Крепыш " с соусом томатным 80 шк.	80		90,95	7,54	6,84	9,60
		№202стр180	Макаронные изделия отварные с маслом 155	155		202,56	5,65	5,99	31,52
		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:				507,00		492,01	18,74	17,35	75,00

Итого завтрак: 75,00

Обед		№88стр117	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной, зелень 250/5/3	258		97,80	1,89	5,70	8,08
		т/к265	Гуляш из птицы 100 шк.	100		194,25	11,61	14,73	4,24
		№171стр162	Каша рассыпчатая из перловой крупы 160	160		220,00	4,64	7,79	32,91
		ТТК№413	Напиток из смородины 200 шк.	200		66,60	0,18	0,07	16,30
		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
Обед:				778,00		729,26	22,89	28,98	93,04

Итого обед: 96,00

Полдник		ттк№37	Кекс " Йогуртный " * 50	50		229,00	2,80	14,00	23,00
		т/к№10	Напиток лимонный 200	200		98,44	0,14	0,01	24,43
Полдник:				250,00		327,44	2,94	14,01	47,43

Итого полдник: 40,00