

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№173стр163	Каша вязкая молочная из ячневой крупы 155 шк.	155		214,50	5,48	8,24	29,40
		ттк№179/1	Пудинг из творога запеченный (без изюма) с соусом молочным (сладким) 130 шк.	130		298,70	17,03	12,83	28,78
		ттк342	Какао с молоком 215 шк.	215		93,20	3,72	3,36	12,20
		ттк№251/1	Батон " Школьный " 30	30		68,40	1,90	0,93	13,10
Завтрак:				530,00		674,80	28,13	25,36	83,48
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
		№288стр259	Фрикадельки мясные в соусе сметанном с томатом 100 шк.	100		127,60	7,90	7,55	7,00
		№304стр240	Рис отварной 150	150		209,70	3,65	5,37	36,68
		ттк349/2	Компот из изюма +С витаминизация 200* шк.	200		120,00	0,34	0,07	29,50
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		78,51	2,37	0,39	16,38
		ттк№105/1	Хлеб ржано-пшеничный 50	50		120,20	3,70	0,50	25,23
Обед:				788,00		753,81	19,85	19,58	122,87
Итого обед:					96,00				
Полдник		ттк №49/1	Кекс " Радуга " * 50	50		228,50	3,10	13,90	22,80
		№401ст316	Йогурт 200	200		162,00	6,54	5,00	22,60
Полдник:				250,00		390,50	9,64	18,90	45,40
Итого полдник:					40,00				