

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№15стр86	Сыр (порциями) 10	10		36,00	2,32	2,95	
		ттк№179	Пудинг из творога (запеченный без изюма) с соусом молочным (сладким) 160	160		357,57	20,44	15,58	33,68
		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
		ТТК№428	Десерт яблочный 150 шк	150		66,60	0,60	0,60	14,70
Завтрак:				565,00		621,77	28,98	23,42	73,68
Итого завтрак:					85,00				
Обед		№51стр101	Салат из свеклы с курагой 100	100		134,00	1,86	6,04	18,06
		№88стр117	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной, зеленью 250/10/2	262		105,95	2,02	6,45	8,26
		№288, №355	Фрикадельки мясные в томатном соусе 120	120		154,70	9,09	9,08	9,03
		№304стр240	Рис отварной 180	180		251,64	4,38	6,45	44,00
		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
		ттк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		72,10	2,20	0,30	15,13
Обед:				922,00		916,90	22,26	28,78	140,36
Итого обед:					110,00				
Полдник		ттк№37	Кекс " Йогуртный " * 50	50		229,00	2,80	14,00	23,00
		№401ст316	Йогурт 200	200		162,00	6,54	5,00	22,60
Полдник:				250,00		391,00	9,34	19,00	45,60
Итого полдник:					40,00				