

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№570стр325	Маринад овощной 30	30		27,36	0,60	0,03	6,16
		№235стр199	Шницель рыбный натуральный 55	55		115,00	6,92	7,67	4,57
		128стр.135	Картофельное пюре 155	155		181,50	3,25	9,61	18,88
		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:				502,00		486,36	14,00	18,88	63,49

Итого завтрак: 80,00

Обед		ттк№ 181	Салат " Осенний " 60	60		56,52	1,18	3,14	6,00
		№95стр120	Рассольник домашний со сметаной и зеленью 200/5/2 шк.	207		99,70	1,80	4,82	10,15
		№291стр233	Плов из птицы 200 шк.	200		298,66	18,00	8,95	36,45
		ттк349/2	Компот из изюма +С витаминизация 200* шк.	200		120,00	0,34	0,07	29,50
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
		ттк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		60,30	2,31	0,42	11,31
Обед:				727,00		700,28	25,64	17,70	107,00

Итого обед: 105,00