

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№8/1	Омлет натуральный 130 шк.	130		254,00	11,46	22,00	2,20
		ттк№343	Кофейный напиток с молоком 215 шк.	215		73,00	3,04	2,66	9,23
		ттк№251/1	Батон " Школьный " 30	30		68,40	1,90	0,93	13,10
		№338стр253	Яблоко свежее 160	160		75,20	0,64	0,64	15,68
<b>Завтрак:</b>				<b>545,00</b>		<b>506,60</b>	<b>19,36</b>	<b>29,18</b>	<b>40,21</b>

**Итого завтрак: 80,00**

Обед		№ 40стр97	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком 60	60		67,62	1,64	4,23	5,73
		№ 57	Борщ с капустой и картофелем, сметаной и зеленью 200/5/2 шк.	207		91,10	1,57	4,68	8,93
		№264стр217	Говядина, тушенная в сметане 80	80		211,20	12,21	17,68	1,52
		№171стр162	Каша рассыпчатая из гречневой крупы 160	160		280,00	8,85	9,55	39,86
		ттк№349/4	Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация 200* шк.	200		110,60	0,65	0,08	26,80
		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
<b>Обед:</b>				<b>767,00</b>		<b>885,92</b>	<b>29,24</b>	<b>36,94</b>	<b>107,74</b>

**Итого обед: 105,00**