

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№223стр189	Запеканка из творога с соусом молочным (сладким) 160 шк.	160		297,65	18,19	13,46	26,09
		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
		ТТК№428	Десерт яблочный 100 шк	100		44,40	0,40	0,40	9,80
Завтрак:				522,00		504,55	21,82	15,43	69,77

Итого завтрак: 80,00

Обед		№45стр99	Салат из белокочанной капусты 60	60		36,20	0,79	1,95	3,88
		№96стр121	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 200/5/2 шк.	207		89,40	1,74	4,82	9,76
		№268стр220	Биточек рубленый с соусом томатным 90.	90		154,35	9,28	8,00	11,37
		№303стр240	Каша вязкая из пшенной крупы 150	150		157,50	4,18	5,00	23,94
		ттк№349/1	Компот из кураги + С витаминизация 200* шк.	200		93,00	0,75	0,04	22,38
		ттк№249	Хлеб пшеничный 50	50		108,50	3,35	0,50	22,65
		ттк№250	Хлеб ржано-пшеничный 40	40		80,40	3,08	0,56	15,08
Обед:				797,00		719,35	23,17	20,87	109,06

Итого обед: 105,00