

| Прием пищи         | Раздел | № рец.     | Блюдо                                   | Выход, г      | Цена | Калорийность  | Белки        | Жиры         | Углеводы     |
|--------------------|--------|------------|---|---------------|------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| Завтрак1-4         |        | №15стр86   | Сыр ( порциями ) 10                     | 10            |      | 36,00         | 2,32         | 2,95         |              |
|                    |        | №229стр194 | Рыба, тушеная в томате с овощами 80 шк. | 80            |      | 79,00         | 7,80         | 3,96         | 3,04         |
|                    |        | №171стр162 | Каша рассыпчатая из гречневой крупы 160 | 160           |      | 280,00        | 8,85         | 9,55         | 39,86        |
|                    |        | №377стр270 | Чай с лимоном 217 шк.                   | 217           |      | 53,45         | 0,12         | 0,02         | 13,19        |
|                    |        | ттк251/1   | Батон " Школьный " 50                   | 50            |      | 114,00        | 3,16         | 1,55         | 21,88        |
| <b>Завтрак1-4:</b> |        |            |   | <b>517,00</b> |      | <b>562,45</b> | <b>22,25</b> | <b>18,03</b> | <b>77,97</b> |

**Итого завтрак1-4: 80,00**

|                 |  |            |  |               |  |               |              |              |               |
|-----------------|--|------------|--|---------------|--|---------------|--------------|--------------|---------------|
| Обед1-4         |  | №75стр109  | Икра морковная 60                              | 60            |  | 54,72         | 1,20         | 0,06         | 12,33         |
|                 |  | №102стр123 | Суп картофельный с горохом и зеленью 200/2 шк. | 202           |  | 118,60        | 4,40         | 4,20         | 13,20         |
|                 |  | ттк№262    | Бефстроганов из птицы 100                      | 100           |  | 150,00        | 11,78        | 10,12        | 2,93          |
|                 |  | №202стр180 | Макаронные изделия отварные с маслом 155       | 155           |  | 202,56        | 5,65         | 5,99         | 31,52         |
|                 |  | №398стр314 | Напиток из плодов шиповника 200*шк.            | 200           |  | 68,20         | 0,67         | 0,27         | 15,77         |
|                 |  | 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>Обед1-4:</b> |  |            |  | <b>777,00</b> |  | <b>719,48</b> | <b>28,02</b> | <b>21,36</b> | <b>100,65</b> |

**Итого обед1-4: 105,00**