

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	
		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 170	170		79,90	0,68	0,68	16,60
Завтрак1-4:				555,00		511,30	19,40	29,22	41,13

Итого завтрак1-4:

80,00

Обед1-4		№21стр89	Салат из соленых огурцов с луком 60.	60		35,50	0,51	3,03	1,55
		№ 57	Борщ с капустой и картофелем, сметаной и зеленью 200/5/2 шк.	207		91,10	1,57	4,68	8,93
		ттк№5	Тефтели из птицы с соусом сметанным с томатом 100 шк.	100		154,10	8,76	8,69	10,21
		№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
Обед1-4:				787,00		796,70	24,66	26,75	112,25

Итого обед1-4:

105,00