

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№179	Пудинг из творога (запеченый без изюма) с соусом молочным (сладким) 160	160		357,57	20,44	15,58	33,68
		ттк342	Какао с молоком 200* шк.	200		93,20	3,72	3,36	12,20
		ттк251/1	Батон " Школьный " 50	50		114,00	3,16	1,55	21,88
		№338стр253	Яблоко свежее 140	140		65,80	0,56	0,56	13,72
<b>Итого завтрак:</b>					<b>70,00</b>				
Обед		№70	Огурцы консервированные порционно 50	50		5,00	0,40	0,05	0,85
		№88стр117	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250/10	260		105,95	2,02	6,45	8,26
		№297стр237	Фрикадельки из бройлер-цыплят в соусе сметанном с томатом 105 шк.	105		175,42	11,21	11,55	8,07
		№304стр240	Рис отварной 180	180		251,64	4,38	6,45	44,00
		ттк349/2	Компот из изюма +С витаминизация 200* шк.	200		120,00	0,34	0,07	29,50
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		78,51	2,37	0,39	16,38
		ттк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		72,12	2,22	0,30	15,14
<b>Итого обед:</b>					<b>84,00</b>				
Полдник			Пирожное " Сахаринка " * 100	100		323,00	3,10	12,30	50,60
		№401ст316	Йогурт 200	200		162,00	6,54	5,00	22,60
<b>Итого полдник:</b>					<b>30,00</b>				