

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№209	Яйцо вареное 40	40		63,00	5,08	4,60	0,28
		№174стр163	Каша вязкая молочная "Геркулес" 200/5	205		256,90	7,69	8,85	36,62
		ттк№343	Кофейный напиток с молоком 200* шк.	200		73,00	3,04	2,66	9,23
		ттк№251/1	Батон " Школьный " 30	30		68,40	1,90	0,93	13,10

Итого завтрак: 75,00

Обед		№103стр124	Суп картофельный с макаронными изделиями 250	250		118,30	2,69	2,84	17,46
		ттк№335	Капуста тушеная с цыпльями 190 шк.	190		184,10	13,00	8,34	14,26
		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

Итого обед: 95,00