

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№570стр325	Маринад овощной 30	30		27,36	0,60	0,03	6,16
		№235стр199	Шницель рыбный натуральный 40 шк.	40		65,60	5,50	3,24	3,60
		128стр.135	Картофельное пюре 150 шк.	150		148,45	3,21	5,99	18,81
		ткк195	Чай с сахаром 200 **шк	200		48,50	0,07	0,02	12,00
		ткк251/1	Батон " Школьный " 50	50		114,00	3,16	1,55	21,88
Итого завтрак:					70,00				
Обед		ткк№ 181	Салат " Осенний " 30	30		25,98	0,41	1,56	2,57
		№88стр117	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/5	255		97,80	1,89	5,70	8,08
		№291стр233	Плов из птицы 200 шк.	200		298,66	18,00	8,95	36,45
		№346стр257	Компот из мандаринов +С витаминизация 200	200		138,80	0,40	0,10	33,69
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		65,10	2,01	0,30	13,59
		ткк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		72,12	2,22	0,30	15,14
Итого обед:					90,00				