

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	119,4		49,19	0,48	0,48	10,75
		ТТК - 512н	Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком	170		367,93	29,16	13,12	33,3
		ттк-839к	Напиток из цикория с молоком с блинчиком с повидлом	263		296,73	4,26	9,87	47,72
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Обед	Салат	ТТК-637	Салат из свежей капусты с огурцами	60		42,76	1,22	2,77	3,23
	Первое блюдо	ТТК-425	Суп "Гречишное зернышко" с мясными фрикадельками "Останкинские"	275		179,94	9,01	8,62	16,59
	Второе блюдо	ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	100		147,99	17,69	6,83	3,95
	Гарнир	316/10	Рис припущенный	150		206,66	3,8	4,34	38,09
	Напиток	ТТК № 258н	Напиток "Фруктово-ягодный" из изюма	200		82,64			20,66
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4	15,7
Полдник			Сок 0,2	200		103,2	1,4		24,4
	Хлеб	769/04	Булочка домашняя	100	173,00	397,82	7,19	13,63	61,6