

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№145	Запеканка из творога	120/25		363	22,3	16,4	32,7
	гор.напиток	№186	Чай с лимоном и сахаром	200/8		55	0,2	0,1	13,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	60		63,36	2,43	0,36	12,6
Обед	салат	№14	Салат «Мишат»	100		108	1,7	8,4	6,4
	1 блюдо	№40	Суп картофельный с крупной гов.	250/25		113	2,7	2,6	19,3
	2 блюдо	№52	Рыба припущенная	100		158	23,5	7,0	0,4
	гарнир	№94	Картофельное пюре	200		186	4,1	6,6	26,9
	напиток	№197	Компот из св. плодов	200		99	0,2	0,1	25,4
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		63,36	2,43	0,36	12,6
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60		143,85	3,92	0,77	30,31
Полдник	муч.кул.изд.	№496	Коржик молочный	50		195,835	3,39	5,845	32,28
	напиток	№185	Чай с молоком и сахаром	200		81	1,5	1,6	15,8
	фрукты		Яблоко	1шт		52	0,26	0,17	13,81
Ужин	2 блюдо	№66	Котлеты из говядины	50		109	7,25	6,0	6,4
	гарнир	№116	Каша пшениная рассыпчатая	200/7		272	8,2	7,6	41,9
	напиток	№192	Какао с молоком	200		135	3,6	3,6	22,8
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	120		126,72	4,86	0,72	25,2
	напиток		Сок фруктовый	200		46	0,1	0,1	11,3
Ужин 2	муч.кул.изд.		Вафли	50		276	1,95	15,3	31,25
	напиток	№182	Кефир	200/10		140	5,5	5,6	16,4



Директор ГБОУ "Тетюшская кадетская школа-интернат"
Нуруллин В.Р.