

Школа

-

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак понедельник	гор.блюдо	ТТК 2022 г	Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90		181,00	13,79	10,40	7,99	
	гор.блюдо	№ 202/2015 г	Рис отварной	150		194,00	2,30	3,40	38,60	
	гор.напиток	№ 648/2004 г	Чай с сахаром	200/8		32,00	0,02	0,00	7,99	
	хлеб		Хлебная корзина	20/20		89,00	2,52	0,36	18,84	
			№338/2015 г	Вафли весовые	21		113,00	0,82	6,40	13,12
<b>ИТОГО</b>				<b>557</b>	<b>66,80</b>	<b>609</b>	<b>19,45</b>	<b>20,56</b>	<b>86,54</b>	
Завтрак вторник	гор.блюдо	ТТК 2021	Жаркое по домашнему	40/160		291,00	11,24	14,50	28,83	
	гор.напиток	ТТК 2021 г	Напиток из урюка	200		78	0,8	0,06	18,46	
	хлеб		Хлебная корзина	20/20		89,00	2,52	0,36	18,84	
	фрукты	№ 338/2015г	Десерт фруктовый (яблоки)	80		35,00	0,31	0,32	7,84	
	<b>ИТОГО</b>				<b>525</b>	<b>66,80</b>	<b>493,00</b>	<b>14,87</b>	<b>15,24</b>	<b>73,97</b>
Завтрак среда	гор.блюдо	ТТК 2021 г	Гуляш из птицы	45/45		149,00	11,07	10,30	2,95	
	гор.блюдо	№ 304/2015 г	Макароны изделия отварные	150		215	5,64	5,4	35,94	
	гор.напиток	ТТК 2023 г	Чай с сахаром	200/8		32,00	0,02	0,00	7,99	
	хлеб		Хлебная корзина	20/20		89,00	2,25	0,36	18,84	
			ТТК	Салат из свеклы отварной с маслом	60		56,00	0,85	3,65	5,01
<b>ИТОГО</b>				<b>610</b>	<b>66,80</b>	<b>541,00</b>	<b>19,83</b>	<b>19,71</b>	<b>70,73</b>	
Завтрак четверг	гор.блюдо	ТТК	Плов с говядиной	40/160		419,00	15,44	19,29	45,88	
	гор.блюдо	№ 302/2015 г								
	гор.напиток	ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		33,00	0,06	0,01	8,14	
	хлеб		Хлебная корзина	20/20		89,00	2,52	0,36	18,84	
				Десерт фруктовый (яблоки)	80		35,00	0,31	0,32	7,84
<b>ИТОГО</b>				<b>530</b>	<b>66,80</b>	<b>576,00</b>	<b>18,33</b>	<b>19,98</b>	<b>80,70</b>	
Завтрак пятница	гор.блюдо	ТТК 2021 г	Ёжики рыбные с рисом и овощами	90		183,00	11,40	8,60	15,04	
	гор.блюдо	№ 312/2015 г	Пюре картофельное	150		172,00	3,28	6,10	26,10	
	гор.напиток	№348/2015 г	Чай с сахаром	200/8		32,00	0,02	0,00	7,99	
	хлеб		Хлебная корзина	20/20		89,00	2,52	0,36	18,84	
				Овощи натуральные соленные	25		3,00	0,20	0,02	0,42
<b>ИТОГО</b>				<b>552</b>	<b>66,80</b>	<b>479</b>	<b>17,42</b>	<b>15,08</b>	<b>68,39</b>	
Завтрак суббота	гор.блюдо	№ 243/2015 г	Пельмени "Для умников и умниц"	150/5		280	14,20	12,60	27,40	
	гор.напиток	ТТК	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		33	0,06	0,01	8,14	
	хлеб		Хлебная корзина	20/20		89,00	2,52	0,36	18,84	
				Десерт фруктовый (яблоки)	80		35,00	0,31	0,32	7,84
				Печенье весовое	30		134,00	2,07	4,14	22,23
<b>ИТОГО</b>				<b>530</b>	<b>66,80</b>	<b>571</b>	<b>19,16</b>	<b>17,43</b>	<b>84,45</b>	