

Школа

-

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак понедельник	гор.блюдо	ТТК 2020 г	Ёжики с мясом и рисом в соусе томатном	100		156,00	9,56	9,02	9,23
	гор.блюдо	№302/2015 г	Макаронные изделия отварные	150		215,00	5,64	5,40	35,94
	гор.напиток	ТТК 2021 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
		№ 15/2015 г							
	печенье		Вафли весовые	21		114,00	0,82	5,80	13,12
<b>ИТОГО</b>				<b>555</b>	<b>66,80</b>	<b>606,00</b>	<b>18,56</b>	<b>20,58</b>	<b>85,12</b>
Завтрак вторник	гор.блюдо	ТТК 2021	Жаркое из птицы	40/160		301,00	12,60	14,90	29,09
	гор.напиток	ТТК 2021	Напиток из урюка	200		78,00	0,80	0,06	18,46
	хлеб		Хлебная корзина	20/20		98,00	2,52	0,36	18,84
				20		47,00	1,52	0,16	9,84
				150		169,00	3,28	7,28	22,00
	фрукты		Десерт фруктовый (яблоки)	80		35,00	0,31	0,32	7,84
<b>ИТОГО</b>				<b>510</b>	<b>66,80</b>	<b>502,00</b>	<b>17,23</b>	<b>18,09</b>	<b>66,43</b>
Завтрак среда	гор.блюдо	ТТК 2022 г	Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90		181	13,79	10,4	7,99
			Каша гречневая вязкая	150		144	2,98	4,03	23,90
	гор.напиток	№348/2015	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
	хлеб								
		ТТК 2022 г	Салат из свеклы отварной с маслом	60		56	0,85	3,65	5,01
<b>ИТОГО</b>				<b>570</b>	<b>66,80</b>	<b>503,00</b>	<b>20,20</b>	<b>18,45</b>	<b>63,88</b>
Завтрак четверг	гор.блюдо	ТТК 2022 г	Плов с говядиной	40/160		373,00	12,22	15,61	46,03
	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
			Десерт фруктовый (яблоки)	80		35,00	0,31	0,32	7,84
<b>ИТОГО</b>				<b>510</b>	<b>66,80</b>	<b>483,00</b>	<b>16,39</b>	<b>15,90</b>	<b>79,22</b>
Завтрак пятница	гор.блюдо	ТТК 2022 г	Биточки рыбные из фарша минтая	90		144	11,01	8,4	6,03
	гор.напиток	ТТК 2021г	Напиток из урюка	200		78	0,8	0,06	18,46
	хлеб		Хлебная корзина	20/20		89	2,52	0,36	18,84
			Пюре картофельное	150		172,00	3,28	6,10	26,10
			Блинчики со сгущенным молоком	50/5		104,00	2,60	2,28	18,27
<b>ИТОГО</b>				<b>615</b>	<b>66,80</b>	<b>587</b>	<b>20,21</b>	<b>17,20</b>	<b>87,70</b>
Завтрак суббота	гор.блюдо	№ 243/2015 г	Сосиски отварные	100		182,00	11,69	11,80	7,20
			Макаронные изделия	150		215,00	5,64	5,34	35,94
	гор.напиток	ТТК 2021 г	Чай с сахаром	200/8		32	0,02	0,00	7,99
	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>553</b>	<b>20,18</b>	<b>17,82</b>	<b>77,81</b>