

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		167,00	9,56	10,19	9,23
	гор.блюдо	№302/2015 г	Макаронные изделия отварные	150		207,00	5,64	4,47	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		Овощи натуральные свежие (огурцы)	15		2,00	0,10	0,01	0,28
ИТОГО				555	66,76	497,00	17,84	15,03	72,28
Завтрак вторник	гор.блюдо	ТТК 2021	Жаркое из птицы	40/160		313,00	11,39	16,75	29,09
	гор.напиток	ТТК 2021	Напиток из замороженной черной смородины	200		44,00	0,10	0,04	10,71
	хлеб		Хлебная корзина	20/20		89,00	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)	60		27,00	0,24	0,24	5,88
ИТОГО				510	66,76	502,00	17,23	18,09	66,43
Завтрак среда	гор.блюдо	ТТК 2022 г	Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90		205	13,79	13,05	7,99
			Каша гречневая вязкая	150		165	2,98	4,03	29,13
	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	Овощи натуральные свежие (помидоры)	15		3	0,16	0,03	0,57
ИТОГО				570	66,76	495,00	19,51	17,48	64,67
Завтрак четверг	гор.блюдо	ТТК 2022 г	Плов с птицей	40/160		410,00	15,44	18,29	45,88
	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)	60		27,00	0,24	0,24	5,88
ИТОГО				510	66,76	483,00	16,39	15,90	79,22
Завтрак пятница	гор.блюдо	ТТК 2022 г	Биточки рыбные из фарша минтая	90		145	11,01	8,5	6,03
	гор.напиток	ТТК 2021г	Напиток из урюка	200		68	0,8	0,06	16,13
	хлеб		Хлебная корзина	20/20		89	2,52	0,36	18,84
			Пюре картофельное	150		172,00	3,28	6,10	26,10
			Овощи натуральные свежие (огурцы)	20		2,00	0,14	0,02	0,38
ИТОГО				615	66,76	476	17,75	15,04	67,48
Завтрак суббота	гор.блюдо	№ 243/2015 г	Сосиски отварные	100		182,00	11,69	11,80	7,20
			Макаронные изделия	150		207,00	5,64	4,46	35,95
	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
			Овощи натуральные свежие (помидоры)	15		3,00	0,16	0,03	0,57
ИТОГО				530	66,76	513	20,03	16,65	70,55