

МБОУ "Мари-Суксинская ООШ"	Отд./корп	5-9 кл	Дата	
----------------------------	-----------	--------	------	--

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша Геркулесовая вязкая молочная со слив.маслом	200/ 3		276	8,06	12,37	33,05
	гор.напиток	ТТК № 1	Чай полусладкий	200		21,04	0,20	0,00	5,06
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	60		142,0	4,6	0,5	29,5
	Итого:					458,6	12,15	15,4	67,51
Обед	закуска	25	Салат из свежих огурцов	100		67,30	0,73	6,10	2,40
	2 блюдо	ТТК№26	Котлеты Татарские с соусом томатным	100 (50/50)		168,44	7,160	13,12	5,430
	гарнир	174	Каша перловая вязкая	180		225,48	6,24	6,48	35,53
	напиток	377	Чай с лимоном полусладкий	200/10/7		63,00	0,27	0,06	15,23
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	50		118,25	3,80	0,40	24,60
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30		66	1,50	0,30	13,50
	Итого:					649,54	21,34	25,9	88,37