

Школа	383			7-11 лет				День	5
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб	4	Бутерброд с отварным куриным филе	45	30	99.9	7.4	2	12.9
	гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	155	30.9	210	6.4	9.3	24.9
	напиток	TK №44	Кофейный напиток с молоком	200	20	93.9	3.1	2.4	14.8
	фрукты	TK №6	Мандарин	100	16	38	0.8	0.2	7.5
	хлеб	TK №1	Батон обогащенный	30	3	78.6	2.3	0.9	15.4
			Итого	530	99.9	520.4	20	14.8	75.5
Обед	закуска	TK №14	Огурец соленый	100	10	13	0.8	0.1	1.7
	1 блюдо	98	Суп крестьянский с крупой и говядиной	200/20	35	128	5.4	8	8.2
	2 блюдо	255	Биточки рыбные запеченные	90	37.8	151	8.4	4.6	7.1
	гарнир	322	Пюре картофельное с морковью	150	20	133.9	2.9	5.1	18.9
	напиток	TK №25	Компот из изюма	180	10	72.3	0.4	0.1	17.3
	хлеб	TK №21	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	4	81.6	2.6	0.4	17
	молоч.продукт	TK №3	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	30	70.6	3.5	3.1	5.6
	хлеб	TK №1	Батон обогащенный микронутриентами	30	3	78.6	2.3	0.9	15.4
			Итого	935	149.8	729	26.3	22.3	91.2
			Всего	1465	249.7	1249.4	46.3	37.1	166.7