

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	243	Сосиска отварная с томатным соусом..	105	75,00	163	6	13	5
	гарнир	314	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150		140	4	4	21
	гор.напиток	ТТК	Чай с сахаром	211		45			11
	хлеб	ТТК,14	Хлеб пшеничный, Масло порционно	40		157	3	8	18
Завтрак 2									
Обед	закуска				96,00				
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем с укропом.	251		104	2	5	13
	2 блюдо	ТТК	Жаркое по-домашнему с мясом и зеленым горошком.	250		390	9	29	24
	гарнир								
	сладкое	ТТК	Напиток из плодов шиповника.	200		100	1		24
	хлеб бел.	ТТК	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
хлеб черн.	ТТК	Хлеб ржаной	30		67	2		14	
Полдник	булочное	417	Гребешок "Школьный"	100		357	8	9	61
	кисломол.	ТТК	Напиток из вишни..	200		73			17



Дашкина Ольга С.В.

МД Директор МБОУ Школа № 83 г.о. Самара