

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-------------|---|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | 2 блюдо | 243 | Сосиска отварная с томатным соусом.. | 105 | 80,00 | 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 | | | | 105,00 | | | | |
| | 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 | 35,86 | 357 | 8 | 9 | 61 |
| | напиток | ТТК | Напиток из вишни.. | 200 | | 73 | | | 17 |



Т.А. Тусыкова

И.О. директора сети МКОУ МКОУ № 83 г.о. Самара