

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	ТТК	Сливочная индюшка с соусом .	100	80,00	165	9	12	6
	гарнир	314	Каша гречневая вязкая с маслом, огурец свежий	200		189	5	5	31
	гор.напиток	ТТК	Чай с сахаром.	211		45			11
	хлеб	ТТК	Хлеб пшеничный	30		91	3	1	18
Завтрак 2									
Обед	закуска				105,00				
	1 блюдо	82	Борщ с капустой, картофелем, цыпленком, сметаной и укропом .	219		130	6	7	11
	2 блюдо	ТТК	Бифштекс "Пикантный" с соусом томатным	100		140	8	7	10
	гарнир	199	Пюре гороховое.	150		236	16	4	33
	сладкое	ТТК	Напиток из апельсинов.	200		67			17
	хлеб бел.	ТТК	Хлеб пшеничный	50		151	5	1	30
	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



Директор МБОУ школы № 83 г.о. Самара *И.В. Сунцова*