

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	ТТК	Биточки "Школьные" с соусом томатным	100	80,00	155	8	9	9
	гарнир	ТТК	Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой.	170		213	6	6	34
	гор.напиток	ТТК	Чай со смородиной	200		39			10
	хлеб	ТТК	Хлеб пшеничный	30		91	3	1	18
	закуска	338	Яблоко свежее (нарезка)	60		27			6
Завтрак 2									
Обед	закуска				105,00				
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом и цыпленком и укропом	214		186	8	7	21
	2 блюдо	ТТК	Рыба по-самарски тушёная с овощами	100		139	12	9	3
	гарнир	ТТК	Рис отварной с овощами	150		200	4	9	27
	сладкое	ТТК	Компот из сухофруктов.	200		72			18
	хлеб бел.	ТТК	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
	хлеб черн.	ТТК	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	415	Крендель Сахарный.	100	35,86	292	7	2	61
	напиток	348	Компот из изюма	200		94			23



*И.В. Сунцова*

*Директор МБОУ Школа № 83 г.о. Самара*