

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.напиток	ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	77,7	0,2	0	20
	гор.блюдо	ТТК 190	Каша "Дружба" с маслом	210	40	261	6,5	10	36,2
	хлеб бел.	ТТК 7	Батон	50	5	110	3,6	1,1	21,4
ИТОГО :				460	48,50	448,70	10,30	11,10	77,60
Комплекс на 140 руб 1 смена		ТТК 186	Компот из апельсин	200	21,5	84	0,3	0,1	21,1
		ТТК 308	Рис с мексиканской смесью	150	26	181,1	4,2	4,4	31,1
	2 блюдо	ТТК 234	Котлета домашняя	90	64	208	15,6	11,6	12,5
	хлеб бел.	ТТК 7	Батон	30	3	66	2,2	0,7	12,8
		359	Пицца с колбасой	100	39	120	6,2	8,3	5,2
ИТОГО :				570	153,50	659,10	28,50	25,10	82,70
Комплекс на 140 руб 2 смена		ТТК 186	Компот из апельсин	200	21,5	84	0,3	0,1	21,1
	гарнир	ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	17	232	8,2	5,8	35,8
	2 блюдо	ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	100	70	281	15,2	21,8	6
	хлеб бел.	ТТК 7	Батон	30	3	66	2,2	0,7	12,8
		ТТК 532	Эчпочмак (фарш)	100	32,5	222,5	4,3	9,9	29
ИТОГО :				580	144,00	885,50	30,20	38,30	104,70
Комплекс ГПД	1 блюдо	ТТК 83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	212,5	23	126,9	5,3	4,5	16,6
	2 блюдо	ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	62	244	13	16,4	11,1
	гарнир	302/96	Каша пшеничная вязкая	180	16,2	213,6	5,4	7,3	30
	напиток	ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	15	113	0,7	0	28,8
	хлеб бел.	ТТК 7	Батон	53	5,3	116,6	3,8	1,2	22,7
ИТОГО :				736	121,50	814,10	28,20	29,40	109,20
Полдник			Сок Сады придонья	200	25	92	0	0	23
		ТТК 31	Сосиска в тесте (колбаски детские)	90	35,5	263	9,3	15	22,3
ИТОГО :				290	60,50	355,00	9,30	15,00	45,30