

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.напиток	ТТК 16	Какао с молоком	200	21	127	3,6	2,7	22,9
		ТТК 42	Спагетти с сыром	150	29,5	192	6,9	5,8	27,4
	хлеб бел.	ТТК 486	Хлеб пшеничный	50	5	110	3,6	1,1	21,4
ИТОГО :				400	55,50	429,00	14,10	9,60	71,70
Комплекс на 150 руб 1 смена	гор.напиток	ТТК 93	Чай с лимоном	207	6	61,1	0,2	0	15,2
	гарнир	ТТК 20	Картофельное пюре	150	34,5	189	3,2	8,3	21,8
	2 блюдо	ТТК 534	Биточки фермерские (90 гр)	90	65,5	191	16,3	10	10,3
	хлеб бел.	ТТК 486	Хлеб пшеничный	30	3	66	2,2	0,7	12,8
		359	Пицца с колбасой	100	39,5	120	6,2	8,3	5,2
ИТОГО :				577	148,50	627,10	28,10	27,30	65,30
Комплекс на 150 руб 2 смена	напиток	ТТК 33	Компот из кураги	200	17,5	110	1	0,1	27,5
	гарнир	ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	17	232	8,2	5,8	35,8
		ТТК 225	Филе грудки куриной тушенное в сметанном соусе	100	61	125	14,5	3,5	2,5
	хлеб бел.	ТТК 486	Хлеб пшеничный	30	3	66	2,2	0,7	12,8
		259	Слойка с ветчиной и сыром	75	54	204	11,1	17	1,2
ИТОГО :				555	152,50	737,00	37,00	27,10	79,80
Комплекс на 150 руб с супом	напиток	ТТК 33	Компот из кураги	200	17,5	110	1	0,1	27,5
	1 блюдо	ТТК 495	Борщ украинский со сметаной 200/10	210	21	114,2	2,1	5,7	13,9
	гарнир	ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	17	232	8,2	5,8	35,8
		ТТК 225	Филе грудки куриной тушенное в сметанном соусе	100	61	125	14,5	3,5	2,5
	хлеб бел.	ТТК 486	Хлеб пшеничный	30	3	66	2,2	0,7	12,8
		259	Слойка с ветчиной и сыром	75	54	204	11,1	17	1,2
ИТОГО :				765	173,50	851,20	39,10	32,80	93,70
Комплекс ГПД	1 блюдо	ТТК 495	Борщ украинский со сметаной 200/10	210	21	114,2	2,1	5,7	13,9
	2 блюдо	ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	100	70	281	15,2	21,8	6
	гарнир	ТТК 41	Макаронные изделия отварные	150	16,5	208,9	5,8	4,9	35,5
	напиток	ТТК183	Компот из сухофруктов	200	9,5	147,8	1,6	0,4	34,8
	хлеб бел.	ТТК 486	Хлеб пшеничный	45	4,5	99	3,2	1	19,3
ИТОГО :				705	121,50	850,90	27,90	33,80	109,50
Полдник			Коктейль молочный ультрапастеризованный со вкусом Клубничный пломбир с маршмеллоу м.д.ж. 3,2%, ТМ "Топтыжка", TBA Slim Leaf, 0,2 кг		45		0	0	0
	хлеб	ТТК 111	Плюшка московская	100	17,5	406	9,2	12,1	64,7
ИТОГО :				100	62,50	406,00	9,20	12,10	64,70