

Школа ГБОУ СОШ №149 Калининского района Отд./корп День 9

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	224	Запеканка из творога со сгущенным молоком (ТТК-877/1)	150	63	385.2	24.6	16.9	31.9
	гор.напиток	431	Чай с лимоном	200/5		62.1	0.2	0.0	15.2
	хлеб	ТТК-5	Бутерброд с колбасой варено-копченой	20/15		112.6	4.1	6.1	10.3
	фрукты	ТТК-688/1	Груша свежая	100		47.0	0.4	0.3	10.3
Завтрак 2									
Обед	закуска	ТТК-49/3	Салат из свеклы с маслом растительным	60	110	48.1	0.9	2.0	6.6
	1 блюдо	100	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой и зеленью (ТТК-307/1)	200/5		106.9	3.6	3.1	16.2
	2 блюдо	239	Биточки рыбные	80		170.9	12.3	18.9	28.0
	гарнир	125	Картофельное пюре с морковью	150		143.8	3.1	5.6	20.0
	сладкое								
	хлеб бел.	ТТК-907	Батон нарезной обогащенный	50		131.0	3.8	1.5	25.7
	хлеб черн.	ТТК-904	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40		81.6	2.6	0.4	17.0
	напиток	ТТК-377	Компот из плодов консервированных с витамином "С"	200		102.1	0.2	0.0	25.0