Школа	ГБОУ СОШ №149 Калининского района	Отд./корп							День	1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189/ ТТК-689	Каша рисовая с плодами консервированными (персики)	150/20	63	212.0	3.7	12.90	30.6
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200		60.5	0.2	0.0	15.0
	хлеб	ТТК-5	Бутерброд с колбасой варено-копченой	20/15		112.6	4.1	6.1	10.3
	фрукты	ТТК-688/1	Яблоко свежее	100		47.0	0.4	0.4	9.8
		ТТК-435	Йогурт в индивидуальной упаковке 2,5% жирности	100		54.8	2.7	2.5	4.4
Завтрак 2									
Обед	закуска	ТТК-19/1	Огурец свежий	60	110	8.4	0.5	0.1	1.5
	1 блюдо	99	Суп картофельный с бобовыми и гренками (№73,2008)	200/10		137.4	5.8	2.6	23.1
	2 блюдо	ТТК-280	Рулет мясной с луком и яйцом	80		263.4	18.8	24.8	32.1
	гарнир	331	Макаронные изделия отварные	150		203.5	5.4	4.7	34.9
	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	441	Напиток из плодов шиповника с витамином "С"	200		132.5	0.7	0.3	28.8