

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	ТТК-7.2	Запеканка творожная "Зебра" со сгущенным молоком	150	37,50	296,20	12,15	14,28	29,77
	хлеб	ТТК-15.3	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	2,50	68,00	2,00	1,16	12,99
	гор.напиток	ТТК-43.2	Чай с лимоном	200	15,00	41,60	0,20	0,00	10,20
	гор.напиток	461/2024	Ряженка	150	23,40	76,00	3,20	3,80	6,30
	фрукты	338/2011	Яблоко свежее	100	45,00	44,40	0,40	0,40	9,80
				625	123,40	526,20	17,95	19,64	69,06
Завтрак 2									
Обед	закуска	ТТК-1.33	Салат "Мозайка"	60	10,00	72,40	3,30	3,60	4,20
	1 блюдо	76/2008	Борщ с курицей и сметаной	210	30,00	94,00	3,27	4,80	11,20
	2 блюдо	ТТК-10.21	Фрикадельки рыбные в соусе томатном	120	70,20	135,17	7,05	6,73	11,60
	гарнир	ТТК-36.1	Картофель запечённый (из отварного)	150	35,00	163,22	3,60	7,10	21,23
	напиток	418/2024	Компот из свежих яблок	200	30,00	82,00	0,15	0,14	19,19
	хлеб бел.	ТТК-15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	5,00	136,00	4,00	2,32	25,98
	хлеб черн.	ТТК-15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	5,00	92,00	3,20	1,70	20,40
				830	185,20	774,79	24,57	26,39	113,80