

Школа

Школа 62

Отд./корп

День

17.04.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|------------------------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | ТТК 191 | Каша гречневая вязкая | 200 | 13,33 | 167 | 6 | 6 | 23 |
| | гор.напиток | ТТК 184 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 13,00 | 111 | 1 | 0 | 27 |
| | хлеб | ТТК 202 | Булочка зерновая | 44 | 4,84 | 114 | 4 | 1 | 22 |
| | гор.блюдо | 81/08 | Фрикадельки "Петушок" | 70 | 40,83 | 173 | 10 | 12 | 7 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | ТТК 98 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 210 | 12,50 | 86 | 2 | 6 | 8 |
| | 2 блюдо | ТТК 479 | Котлета из индейки | 90 | 59,50 | 159 | 18 | 7 | 12 |
| | гарнир | ТТК 21 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,00 | 232 | 8 | 6 | 36 |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 57 | 4,50 | 192 | 6 | 1 | 39 |
| | напиток | ТТК 313 | Компот из яблок и черноплодной рябины | 200 | 12,50 | 70 | 0 | 0 | 17 |
| | ТТК 43 | Масло сливочное (порц) | 5 | 6,00 | 33 | 0 | 4 | 0 | |