Школа	ГБОУ Лицей № 126	Отд./корп		День	8

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	ТТК-226	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ТЫКВОЙ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150	123,40	321,97	11,64	13,49	38,5
	гор.напиток	54-3гн РПН 2022	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180		25,11	0,27	0	6,03
	к/мол. прод.	ТТК-435,06	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% ИЛИ ФРУКТ СВЕЖИЙ	150		129,00	4,2	3,8	19,5
	фрукты	ТТК-688	МАНДАРИН	100		38,00	0,8	0,2	7,5
Итого за завтрак				580		514,08	16,91	17,49	71,53
Обед	закуска	ТТК-50	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ	60	185,20	52,40	0,8	3,6	4,2
	1 блюдо	ТТК-106,05	СУП РЫБНЫЙ С ОВОЩАМИ	200		96,20	5,5	3,8	10
	2 блюдо	ТТК-283,22 ТТК-170	ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" СО СМЕТАНОЙ ИЛИ ЛЮЛЯ-КЕБАБ С КАРТОФЕЛЬНЫМ ПЮРЕ	240		368,80	14,14	18	37,54
	гарнир								
	хлеб бел.	ТТК-602, ТТК-907	БУЛОЧКА СДОБНАЯ ИЛИ БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50		97,93	1,62	1,45	19,5
	хлеб черн.	ТТК-904	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40		86,20	2,73	0,33	18,07
	напиток	ТТК-54-13хн	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		66,90	1	0,1	15,7
Итого за обед				790		768,43	25,79	27,28	105,01