Школа	ГБОУ Лицей № 126	Отд./корп		День	1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	ТТК-1069	КОТЛЕТА КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ С МАКАРОНАМИ	150	123,40	268,01	11,05	11,37	30,37
	гор.напиток	ТТК-430	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180		55,53	0,18	0,09	13,5
	хлеб	ТТК-907	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25		51,88	1,37	0,74	9,88
	к/мол. прод.	ТТК-435,06	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% ИЛИ ФРУКТ СВЕЖИЙ	150		129	4,2	3,8	19,5
	сладкое	ТТК-639	ПЕЧЕНЬЕ	20		61,04	1,5	1,96	9,35
Итого за завтрак				525		565,46	18,30	17,96	82,60
Обед	закуска	ТТК-31,2	САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	185,20	41,28	0,6	3,12	2,57
	1 блюдо	58 2021	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	210		120,94	4,44	6,61	10,3
	2 блюдо	ТТК-239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ ФИШ БОЛЛ	100		185,94	13,56	7,3	16,5
	гарнир	54-11г РПН 2022	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150		139,4	3,2	5,2	19,8
	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		86,2	2,73	0,33	18,07
	напиток	ТТК-401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200		62,9	0,5	0,1	15
Итого за обед				810		734,59	26,65	24,11	101,74