Школа	ГБОУ Лицей № 126	Отд./корп		День	5

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	ТТК-221	ОМЛЕТ	150	123,40	245,53	11,6	11,77	23,3
	гор.напиток	ТТК-430	ЧАЙ С САХАРОМ	200		65,21	0,3	0,09	15,8
	хлеб	ТТК-4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40		137,70	6,3	4,9	17,1
	фрукты	ТТК-101,01	ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	125		45,00	0,00	0,00	11,25
Итого за завтрак				515		493,44	18,20	16,76	67,45
Обед	закуска	ТТК-51	ВИНЕГРЕТ	60	185,20	94,57	0,84	5,52	10,37
	1 блюдо	ТТК-110	СУП-ПЮРЕ ИЗ ТЫКВЫ С ГРЕНКАМИ	205		128,15	3,89	4,81	17,27
	2 блюдо	ТТК-314,05	НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ	100		154,5	9,8	8,9	8,8
	гарнир	54-1г РПН 2022	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150		196,8	5,4	4,9	32,8
	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		86,20	2,73	0,33	18,07
	напиток	ТТК-395	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	200		37,00	0,2	0,2	8,6
Итого за обед				805		795,15	24,48	26,11	115,41