



День 4  
Сезон: осенне-зимний

№ блюда по сборнику 2022 г под ред. В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка	Наименование блюда	Выход (г)		Выход (г) 12 лет и старше	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		7-11лет	200/15			Белки	Жиры	Углеводы	
ТК№15	чай с сахаром	200/15	200/15	4,00	0,20	0,00	6,50	26,80	
ТК№1	бутерброд с маслом	40	40	17,60	1,16	2,59	6,32	129,10	
ТК№10	Плов из птицы (куриное филе)	200/50	200/50	61,00	11,85	14,30	38,20	443,00	
Качест удост	хлеб ржаной	60	60	7,10	3,68	1,28	25,12	128,52	
ТК№14	Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	200/15/5	5,30	0,30	0,00	6,70	27,90	
Итого БЖУ:					17,19	18,17	82,84		
Итого:				95,00				755,32	