

Средняя общеобразовательная школа № 10
г. Волгодонск, Волгоградской области

День №14

№ блод по сборнику 2022г под ред. В.А.Тутельяна и Д.Б. Никитюка.	Наименование	Выход (Г)	Цена	Химический состав			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды(г)	
ТК№3	Каша молочная с м. слив (с овсяными хлопьями)	12 лет и старше 180/20	40,10	8,60	10,56	16,25	285,80
ТТК №1	Блин с начинкой (клубника/яблоко)	100	26,70	3,0	5,0	29,00	190,0
Уд качества	Хлеб пшеничный в/с	60	7,20	3,68	1,28	25,12	128,52
ТК№29	Кофейный напиток с молоком	200	21,00	2,85	2,41	14,38	91,00
	Итого БЖУ			18,13	19,25	83,75	695,32
	Итого сумма		95,00				