Школа	ГБОУ ФМЛ № 366	Отд./корп		День	12/10/2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	ТТК-4.11	Запеканка из творога со сгущённым молоком	150	40.90	303.70	13.12	14.20	30.85
	хлеб	ТТК-15.3	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	2.50	68.00	2.00	1.16	12.99
	гор.напиток	ТТК-43.2	Чай с лимоном	200	15.00	41.60	0.20	0.00	10.20
	фрукты	338/2011	Яблоко свежее	100	45.00	44.40	0.40	0.40	9.80
	кисломолочное	461/2024	Кефир	150	20.00	75.80	3.43	3.80	6.00
				625	123.40	533.50	19.15	19.56	69.84
Завтрак 2									
Обед	закуска	ТТК-48.1	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	10.00	63.90	1.80	4.70	3.60
	1 блюдо	91/2008	Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной	210	30.00	127.30	4.28	5.22	15.80
	2 блюдо	257/2024	Котлета рыбная (запеченная)	100	75.20	147.20	10.10	5.60	14.10
	гарнир	333/2008	Картофель отварной	150	30.00	134.40	2.90	4.70	20.12
	напиток	425/2024	Компот из смеси сухофруктов	200	30.00	71.00	0.60	0.10	17.00
	хлеб бел.	ТТК-15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	5.00	136.00	4.00	2.32	25.98
	хлеб черн.	ТТК-15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	5.00	92.00	3.20	1.70	20.40
				810	185.20	771.80	26.88	24.34	117.00