

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	2022н	Каша молочная пшениная жидкая с маслом и сахаром	200	20,9	234,5	8,3	10,1	27,6
	фрукт	2017м	Фрукты свежие (яблоко)	100	20	45,6	0,4	0,4	9,5
	хлеб	2017м	Хлеб пшеничный	50	4	114,8	3,7	0,3	24,3
	гор.напиток	2022н	Чай с сахаром	200	10	42,32	0,2	0,0	10,4
			Итого за прием пищи:	550		437,22	12,6	10,8	71,8
Обед									
	закуска	2022н	Овощи по сезону (помидор свежий)	60	25	12,8	0,7	0,1	2,3
	1 блюдо	2022н	Щи из свежей капусты с картофелем	200	20	74	2,6	4,0	6,9
	2 блюдо	2022	Котлета из птицы	90	38	235,8	14,6	18,7	13,6
	гарнир	2017м	Макаронные изделия отварные	150	15	196,8	5,4	4,9	32,8
	напиток	2017м	Кисель из повидла	200	10	113,2	0,1	0,0	28,2
	хлеб бел.	2010м	Хлеб пшеничный	40	3	91,9	3,0	0,2	19,5
	хлеб черн.	2010м	Хлеб пеклеванный	40	3	79,2	2,5	0,4	16,5
			Итого за прием пищи:	780	168,88	817,8	28,9	28,3	119,8
			Всего за день:			1304,5	28,9	28,3	119,8

Директор школы :

Гришина О.Н.

