

Школа

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189/2008	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	185	114,50	213,64	10,00	7,63	31,60
	гор.напиток	430/2008	Чай с сахаром	200		60,00	0,20	0,10	15,00
	хол.блюдо	3/2008	Бутерброд с сыром	40		179,33	4,40	12,42	13,00
	фрукты	338/2011	Яблоко свежее	100		44,40	0,40	0,40	9,80
			итого завтрак	525	114,50	497,37	15,00	20,55	69,40
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	40/2008	Салат из квашеной капусты	60	171,80	49,80	0,96	3,06	4,62
	1 блюдо	81/116/2	Суп картофельный с горохом и гренками	205		114,70	4,22	2,70	16,12
	2 блюдо	22	Гуляш	100		188,82	11,24	12,30	2,89
	гарнир	323/2008	Каша гречневая рассыпчатая	150		206,00	3,60	5,60	32,10
	сладкое								
	хлеб бел.	15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50		136,00	4,00	2,32	25,98
	хлеб черн.	15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40		92,00	3,20	1,70	20,40
	напиток	442/2008	Сок фруктовый (персиковый)	200		76,00	1,00	0,20	15,00
			итого обед	805	171,80	863,32	28,22	27,88	117,11