

Школа

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	5.2	Макароны отварные с сыром	175	114,50	303,50	13,40	13,90	32,60
	гор.напиток	431/2008	Чай с лимоном	205		60,00	0,20	0,10	15,00
	хол.блюдо	1.3	Бутерброд с джемом	45		86,80	2,20	1,20	16,80
	фрукты	338/2011	Апельсин свежий	100		43,00	0,90	0,20	8,10
			итого завтрак	525	114,50	493,30	16,70	15,40	72,50
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	51/2008	Винегрет овощной	60	171,80	73,80	0,80	6,10	4,00
	1 блюдо	91/2008	Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной	210		130,20	3,40	5,20	17,76
	2 блюдо	9.2	Голубцы ленивые	240		286,60	16,42	13,52	22,40
	гарнир								
	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	13.3	Кисель из плодов шповника	200		108,40	0,20	0,10	26,20
			итого обед	800	171,80	827,00	28,02	28,94	116,74