



Школа

Отд./корп а

14.01.2023г

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
I СТУПЕНЬ	гор. блюдо	№236	каша манная	200г	23-59	204	11,9	4,1	30,9	
	гор. блюдо	№24	рыбный котлет с сметаной	35г	22-114	121,1	5,2	1,8	40,1	
	хлеб	№233	хлеб пшеничный	15г	7-56	35,2	1,1	0,1	4,4	
	гор. напиток	№162	чай с лимоном	200г	10-95	190,7	3,6	3,6	18,6	
	фрукты	№22	апельсин	200г	34-00	89,0	0,8	0,8	19,6	
завтрак			итого		92,54	543,1				
II СТУПЕНЬ	ИТОГО:									
	закуска	№2	салат витаминный	200г	11-05	43,3	1,2	5,2	5,5	
	1-блюдо	№22	суп гороховый	250г	24-95	130,1	11,5	8,4	16,6	
	2 блюдо	№307	котлета мясная	200г	35-96	108,9	11,9	1,8	10,3	
	гарнир	№347	картофель	200г	21-02	110,9	6,9	8,1	11,6	
	сладкое	№181	кисель	200г	4-20	66,3	0	0	16,6	
	хлеб бел.	№24	хлеб пшеничный	15г	6-24	43,8	3	0,3	10,7	
	хлеб черн.	№24	хлеб ржаной	15г	11-25	49,7	3,6	0,4	18	
	ИТОГО:			итого	30г	4-51	124,7	2,2	2,9	29,3
				итого		126,18	820,6			