

Делю

३

Отд./корп

54. ПУШКИНА 54.

ШКОЛА

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	449	зачернутое картофель	180	85-93	348,5	27,6	23,9	24,1
	гор. блюдо	444	зачернутое картофель	180	85-93	348,5	27,6	23,9	24,1
	хлеб	543	сметанник	100	67-66	621,9	5,1	31,2	31,5
	гор. напиток	454	чай с сахаром	200	3-66	251,2	0,7	0,1	0,3
Завтрак-2	фрукты				152-20	523,5	25,9	18,5	65,6
	ИТОГО:								
Обед	закуска	400	раскатывание лепешек	250	19-98	109,5	2,4	4,6	13,5
	1-е блюдо	439	селедочный салат	120	46-45	201,9	21,3	9,8	9,2
	2 блюдо	424	картофельная запеканка	200	46-67	201,3	21,3	9,8	9,2
	гарнир	480	картофельная каша	200	48-47	228,2	4,7	6,2	16,1
	сладкое	543	чай с сахаром	100	4-30	100,9	3,6	0,1	0,3
	хлеб бел.	544	хлеб белый	15	4-98	45,5	0,2	0,1	0,1
ИТОГО:	хлеб черн.	486	хлеб черн. с маслом	200	15-11	838,4	39,5	35,1	91,4
					120-				

gab. v. caef - ael Ulf