



День

а

Отд./корп

ул. Пушкина 54

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	300	хлеб заварной в масле	100	60-70	110,4	18,8	5,2	5,2
	гор. блюдо	345	хлеб кармашек	100	46-62	110,4	5,4	5,2	11,6
	хлеб	645	хлеб пшеничный	30	3-65	40,3	2,3	0,2	10,8
	гор. напиток	105	коф. кап. с молоком	200	12-10	125,4	3	3,4	20,8
Завтрак 2	фрукты	22	фрукты свежие	100	24-60	114,5	0,4	0,4	9,8
					150-46	523,8	23,9	14,3	62,1
ИТОГО:									
Обед	закуска	130	омлет с овощами, сыр - и	250	14-45	25,2	2	2,5	12,6
	1-блюдо	366	хлеб заварной с маслом	200	52-58	110,4	16,2	5,2	11,6
	2 блюдо	334	хлеб с овощами	180	30-69	119,1	5,4	5,2	14,6
	гарнир	234	хлеб с овощами	60	3-30	110,6	1,6	0,5	20,5
	сладкое	544	хлеб пшеничный	115	4-35	88,16	3,6	0,2	20,2
	хлеб бел.	544	хлеб пшеничный	200	13-24	86,6	3,4	0,2	20,2
ИТОГО:									
					192,54	498,2	33,4	19,8	123,2

1 СТУПЕНЬ

1 СТУПЕНЬ