



π

День

8118

| Прием пищи              | Раздел                | № рец.  | Блюдо                       | Выход, г      | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |      |
|-------------------------|-----------------------|---------|-----------------------------|---------------|-------|--------------|-------|------|----------|------|
| Завтрак<br>1 - 4 классы | гор.блюдо             | 220     | каша манная                 | 200           | 33-63 | 207,1        | 4,9   | 2,1  | 30,9     |      |
|                         | гор.блюдо             | 60      | сырники с сахаром           | 35            | 35-48 | 121,1        | 5,2   | 2,1  | 24,0     |      |
|                         | хлеб                  | 543     | хлеб пшеничный              | 15            | 2-02  | 35,2         | 7,1   | 0,1  | 2,0      |      |
|                         |                       | 162     | вареное яйцо                | 200           | 15-69 | 120,7        | 3,6   | 3,6  | 18,6     |      |
|                         | фрукты                | 82      | фрукты свежие               | 100           | 25-00 | 44,5         | 0,9   | 0,9  | 9,8      |      |
|                         | ИТОГО                 |         |                             |               | 111,2 | 528,6        | 15,2  | 1,9  | 44,1     |      |
|                         | Обед<br>5 - 11 классы | 1 блюдо | 124                         | суп гороховый | 250   | 14-88        | 130   | 4,5  | 3,7      | 16,5 |
|                         |                       | 2 блюдо | 318                         | картофельное  | 20    | 40-94        | 57,1  | 5,4  | 3,9      | 6,1  |
| гарнир                  |                       | 143     | картофельная                | 25            | 3-36  | 55           | 7,9   | 0,5  | 11,4     |      |
| сладкое                 |                       | 304     | варенье из черной смородины | 100           | 55-04 | 108,9        | 18,9  | 1,8  | 10,3     |      |
| хлеб бел.               |                       | 544     | хлеб пшеничный              | 40            | 38-60 | 100,9        | 5,4   | 2,1  | 17,6     |      |
| хлеб черн.              |                       | 543     | хлеб пшеничный              | 15            | 5-34  | 93,8         | 8     | 0,3  | 19,4     |      |
|                         | ИТОГО                 | 480     | картофельное                | 200           | 5-50  | 92,4         | 3,6   | 0,1  | 7,8      |      |
|                         |                       | 582     | картофельное                | 30            | 9-49  | 66,3         | 0     | 0    | 16,6     |      |
|                         |                       |         |                             |               | 10-88 | 121,4        | 2,8   | 2,9  | 28,2     |      |

869,4 149 216 226,5

gab. wraab-ooe! Cef