



10

День

28, 28, 28, 28, 28

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 - 4 классы	гор.блюдо	214	каша овсяная	200	30-40	219,4	4	4,2	31,9
	гор.блюдо	45	выпечка порционная	16	24-20	52,6	3,9	0,7	0,9
	хлеб	543	песочное печенье	30	1-03	40,3	2,3	0,2	10,8
		543	песочное печенье	200	14-24	120,1	3,6	3,6	18,6
		82	пшеницы овсян.	100	25-00	115	0,4	0,4	9,8
гор.напиток									
фрукты									
ИТОГО						506,8	14,2	15,4	45,2
Обед 5 - 11 классы	1 блюдо	99	расcольник	250	38-56	89,4	2,9	11,6	8,8
	2 блюдо	133	сметана	5	3-02	4,9	0,7	0,8	0,2
	гарнир	349	картофель, свар.	120	51-47	209,3	13,4	13,5	8,2
	сладкое	380	сахарная пудра	200	18-23	138,2	1,1	6,8	15,2
	хлеб бел.	543	песочное печенье	60	8-06	110,6	1,6	0,5	29,5
	хлеб черн.	544	песочное печенье	15	5-50	92,9	3,6	0,7	18
	ИТОГО	1495	сметаной соус	200	4-12	82,5	0,6	0,7	20,2
							459,6	18,9	24

zad. wceyb-ael/cel