

Школа

-

Отд./корп

День

12/1/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210/75	Омлет натуральный с икрой свекольной	156		305	12	18	28
	напиток	376	Чай с сахаром	200		60	0	0	15
	хлеб	п.п	Хлеб пшеничный	50		107	4	1	21
	фрукты	338	Фрукт	100		52	1	0	19
						85.81			
Завтрак 2	фрукты		Сок фруктовый	200		126	0	0	24
Обед	1 блюдо	101/226	Суп картофельный с пшеном рыбой	210		164	7	5	20
	2 блюдо	295/331	Котлета из птицы с соусом	100		186	10	14	12
	Гарнир	143/71	Рагу овощное с огурцом свежим	150		157	2	8	12
	напиток	348	Компот из кураги	200		140	1	0	34
	хлеб бел.	п.п	Хлеб пшеничный	30		64	2	0	13
	хлеб черн.	п.п	Хлеб ржаной	30		59	2	0	12
						112.95			