



Школа Отд./корп День

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------------------------------|-------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 291 | Плов из птицы | 200 | 44,52 | 305 | 17 | 11 | 36 |
| | гор.напиток | 379 | Кофейный напиток | 200 | 9,96 | 101 | 3 | 3 | 16 |
| | хлеб | пром | Хлеб пшеничный/ржаной | 50 | 4,00 | 117 | 3 | 0 | 25 |
| | закуска | 71 | Овощи свежие(помидоры) | 60 | 5,60 | 13 | 1 | 0 | 2 |
| | сладкое | пром | Кондитерское изделие (кекс Постный) | 90 | 44,00 | 266 | 3 | 13 | 42 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 71 | Овощи свежие(огурцы) | 60 | 5,07 | 7 | 0 | 0 | 1 |
| | 1 блюдо | 82 | Борщ с калустой и картофелем | 200 | 4,45 | 83 | 1 | 4 | 9 |
| | 2 блюдо | 260 | Гуляш | 100 | 29,57 | 309 | 11 | 28 | 3 |
| | гарнир | 171 | Каша пшеничная рассыпчатая с маслом | 160 | 12,12 | 260 | 7 | 8 | 40 |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | пром | Хлеб пшеничный | 40 | 3,20 | 94 | 3 | 0 | 19 |
| | хлеб черн. | пром | Хлеб ржаной | 20 | 1,60 | 46 | 1 | 0 | 10 |
| | напиток | 349 | Напиток из сухофруктов | 200 | 4,02 | 133 | 1 | 0 | 32 |
| кисломол. | пром | Йогурт в индивидуальной упаковке | 200 | 34,24 | 154 | 6 | 5 | 22 | |



