



Школа  Отд./напр  День

Прием пищи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	289	Рагу из птицы	200	37,71	248	15	13	17
	гор. напиток	377	Чай с лимоном (200/15/7)	200	2,66	62	0	0	15
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный/ржаной	70	5,60	163	5	0	34
	закуска	45	Салат из белочанной капусты	60	3,42	36	1	2	4
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71	Овощи свежие(помидоры)	60	3,60	13	1	0	2
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	200	3,68	119	4	4	13
	2 блюдо	234	Котлеты/биточки рыбные с соусом 70/30	100	36,06	144	9	7	12
	гарнир	310	Картофель отварной 150/5	155	10,75	147	3	5	24
	сладкое								
	хлеб бел.	пром	Хлеб пшеничный	40	3,20	94	3	0	19
	хлеб черн.	пром	Хлеб ржаной	40	3,20	92	2	0	20
	напиток	517	Кисель из концентрата	200	4,48	122	1	0	29
	насломол.	пром	Йогурт в индивидуальной упаковке	200	34,24	154	6	5	22



