

Школа  Отд./корп  День

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                   | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 88     | Плов с курицей                          | 250      |      | 169,7        | 8,2   | 5,09  | 23,4     |
|            | гор.напиток | 22     | Какао на молоке                         | 200      |      | 181,18       | 6,2   | 6,2   | 25,34    |
|            | хлеб        | 3      | Хлеб пшеничный                          | 40       |      | 480,28       | 9,38  | 22,16 | 59,14    |
|            |             |        |   |          |      |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     | 15     | Салат из свежих огурцов мас растит      | 100      |      | 92           | 0,5   | 9,4   | 1,22     |
|            | 1 блюдо     | 208    | Суп картофельный с макаронами с курицей | 250/25   |      | 164,25       | 7,24  | 7,44  | 17,14    |
|            | 2 блюдо     | 276    | Тефтели из говядины                     | 100      |      | 278,8        | 14,73 | 16,11 | 18,6     |
|            | гарнир      | 679    | Каша гречневая рассыпчатая              | 180      |      | 276,53       | 8,95  | 6,73  | 43       |
|            | гор.напиток | 114    | Чай с сахаром лимоном                   | 200/15/7 |      | 60           | 0,26  | 0     | 15,2     |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный из муки в/с              | 40       |      | 104,8        | 3,06  | 1,2   | 19,9     |
|            |             |        |   |          |      |              |       |       |          |



Измайлова Н.Я.