

Школа  Отд./корп  День

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                          | Выход, г           | Цена         | Калорийность  | Белки         | Жиры          | Углеводы      |
|------------|-------------|--------|--------------------------------|--------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 171    | Каша гречневая с молоком       | 200                | 25.00        | 202.70        | 6.00          | 3.16          | 24.80         |
|            |             | 209    | Яйцо отварное                  | 50                 | 13.10        | 76.00         | 6.50          | 5.20          | 0.40          |
|            |             |        | Кондитерское изделие           | 30                 | 16.74        | 82.00         | 1.10          | 3.54          | 22.50         |
|            | хлеб        | 18     | Хлеб пшеничный                 | 40                 | 3.00         | 135.00        | 3.80          | 0.45          | 24.75         |
|            | гор.напиток | 379    | Кофейный напиток с молоком     | 200                | 18.25        | 84.85         | 1.74          | 4.02          | 11.46         |
|            |             |        | <i>Итого завтрак:</i>          | <i>520</i>         | <i>76.09</i> | <i>580.55</i> | <i>19.14</i>  | <i>16.37</i>  | <i>83.91</i>  |
| Обед       | 1 блюдо     | 88     | Щи из свежей капусты с курицей | 200                | 27.00        | 142.00        | 3.60          | 2.00          | 6.20          |
|            | 2 блюдо     | 271    | Котлета домашняя с соусом      | 90                 | 40.85        | 170.00        | 11.77         | 14.50         | 29.15         |
|            | гарнир      | 128    | Картофельное пюре              | 150                | 21.00        | 181.50        | 3.23          | 9.60          | 18.90         |
|            | напиток     | 349    | Компот из сухофруктов          | 200                | 6.00         | 41.91         | 0.00          | 0.00          | 11.23         |
|            | хлеб черн.  | 19     | Хлеб ржаной                    | 30                 | 5.00         | 116.55        | 3.74          | 0.68          | 21.65         |
|            | хлеб бел.   | 18     | Хлеб пшеничный                 | 40                 | 7.00         | 135.00        | 3.80          | 0.45          | 24.75         |
|            |             |        |                                | <i>Итого обед:</i> | <i>710</i>   | <i>106.85</i> | <i>786.96</i> | <i>26.131</i> | <i>27.225</i> |
|            |             |        | <b>ИТОГО ДЕНЬ 7:</b>           | <b>1230</b>        | <b>183</b>   | <b>1368</b>   | <b>45</b>     | <b>44</b>     | <b>196</b>    |

ДАТА: 13.02.2024 г.