Школа								День	пятый
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211	Макароны запеченные с сыром	180	36,45	336,5	9,83	16,34	37,52
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	30/5	14	107,9	2,4	4,43	14,6
	напиток	430	Чай с сахаром	200	3	60	0,2	0,1	15
	молочн. прод.	к/к	Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%	125	34	103	3	3,1	15,9
					87,45				
Обед	закуска	52	Винегрет овощной с сельдью	80/20	30	144	4,6	11,6	5,28
	1 блюдо	95	Суп овощной со сметаной и гренками	200/10/15	20	142,7	4,29	4,93	20,29
	2 блюдо	299	Запеканка картофельная с отварным мясом	200	65,17	409,6	17,28	23,36	32,64
	напиток	441	Напиток из плодов шиповника	200	13	103	0,7	0,3	24,4
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3	92,8	2,24	0,44	19,97
					131,17				