Школа								День	двенадцатый
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	193	Запеканка рисовая из творога с молоком сгущенным	160	47,45	361,3	9,39	12,34	52,76
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	30/5	14	107,9	2,4	4,43	14,6
	напиток	431	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4	63	0,3	0,1	15,2
	фрукты	к/к	Банан свежий	150	22	142	2,26	0,8	31,5
					87,45				
Обед	закуска	52	Салат из свеклы с маслом растительным и сельдью	80/20	15	104	4,56	6,51	6,73
	1 блюдо	91	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/10	15	109,32	2,4	4,86	13,72
	2 блюдо	315	Голубцы ленивые	200	80,17	272,8	17,68	11,34	25,04
	напиток	401	Компот из кураги	200	15	142	1	0,1	34,2
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3	92,8	2,24	0,44	19,97
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	3	70,5	2,4	0,3	14,55
					131,17				