

Школа	Школа 308							День	Одиннадцатый
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	гор.блюдо	184	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/5	26,45	264	8,53	7,17	41,2
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	30/10	14	103	5,77	2,41	14,64
	напиток	432	Кофейный напиток	200	13	107	1,5	1,3	22,4
	молочн. продукт	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	20	Салат из огурцов соленых с маслом растительным	100	11	67	2,7	5,1	2,6
	1 блюдо	95	Суп овощной со сметаной и гренками	250/10/15	20	160,8	4,89	5,77	22,33
	2 блюдо	314/366	Котлета рубленая из птицы с соусом молочным	120	67,17	288	19	15,44	18,32
	гарнир	335	Картофельное пюре	180	20	171	3,72	6,48	24,55
	напиток	399	Компот из апельсинов	200	7	139	0,5	0,1	34
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	3	70,5	2,4	0,3	14,55
					131,17				