

Школа	Школа 308							День	четвертый
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	гор.блюдо	184	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5	38,45	245	5,87	7	39,6
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	30/10	14	103	5,77	2,41	14,64
	напиток	433	Какао с молоком	200	13	133	2,9	2,5	24,8
	фрукты	к/к	Банан свежий	150	22	142	2,26	0,8	31,5
					87,45				
ОБЕД	закуска	50	Салат "Свеколка"с маслом растительным	100	13	184	8	10,1	15,2
	1 блюдо	76	Борщ с капустой, картофелем, со сметаной	250/10	17	112	3,2	5,6	12,1
	2 блюдо	272/364	Шницель рубленый из говядины с соусом томатным	120	62,17	264,8	15,24	16,4	13,88
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	180	18	247	4,32	5,52	45,24
	напиток	401	Компот из кураги	200	15	142	1	0,1	34,2
	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				