

Школа								День	восьмой
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	184	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200/5	40,45	286	8,55	8,87	42,93
	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
	фрукты	к/к	Яблоко свежее	120	20	56,4	0,48	0,48	12,54
					87,45				
Обед	закуска	50	Салат "Свеколка" с маслом растительным	80	13	147,2	6,4	8,08	12,16
	1 блюдо	100	Суп картофельный с макаронными изделиями, сметаной и курой	200/10/10	22	134,3	5,78	5,1	16,28
	2 блюдо	272/364	Шницель рубленый из говядины с соусом томатным	100	60,17	232,4	13,62	14,36	11,98
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	150	18	206	3,6	4,6	37,7
	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
					131,17				