

Школа				7-11 лет				День	7
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	224	Запеканка из творога со сгущенным молоком	160	42,9	332	16,6	13,7	35,7
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	30/5	15	107,9	2,4	4,43	14,6
	напиток	54-21гн	Какао с молоком	200	15	107,2	4,5	4,35	12,5
	фрукты	к/к	Груша свежая	200	27	94	0,8	0,6	20,6
			Итого	595	99,9	641,1	24,3	23,08	83,4
Обед	закуска	54-3з	Помидор свежий (кусочком)	80	17	12,84	0,66	0,12	2,28
	1 блюдо	99	Суп картофельный с горохом, с гренками	200/15	30	168,3	6,77	3,75	26,73
	2 блюдо	289	Биточки по-белорусски	100	62	290	21,0	22,4	1,2
	гарнир	346	Капуста тушеная (свежая)	150	23,8	93	3,8	4,3	9,8
	напиток	54-1хн	Компот из сухофруктов	200	10	81	0,5	0	19,8
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	4	94,4	1,78	0,5	20,7
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	3	64,35	1,65	0,57	13,1
				Итого	820	149,8	803,89	36,16	31,64
			Всего	1415	249,7	1444,99	60,46	54,72	177,01