

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.
Завтрак	хол.блюдо	2
	гор.блюдо	239
	гор.напиток	420
	фрукты	399
Обед	хол.блюдо	42
	1 блюдо	82
	2 блюдо	254
	гарнир	325
	напиток	484
	сладкое	13
	хлеб бел.	1
	хлеб черн.	2

Отд./корп

Блюдо	Выход, г	Цена
Бутерброд с джемом	45	
Запеканка из творога с молоком сгущенным	150/10	
Чай с сахаром (1 вариант)	200	
Мандарины	100	99,9
Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60	
Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	200/5/5	
Рыба, тушенная с овощами	100	
Рис отварной	150	
Сок яблочный	200	
Пряники	50	
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	25	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	149,8

Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
122	2,03	1,95	26,85
369	15,80	14,35	37,93
42	0,14	0,04	10,02
35	0,80	0,20	7,50
63	1,09	3,76	6,19
107	2,86	7,05	10,10
124	11,46	6,42	4,83
175	4,14	6,08	25,65
92	0	0	23,00
118	2,40	1,40	18,85
65	1,93	0,75	12,53
78	2,64	0,48	15,80