

Школа

Отд./корп

День

10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша "Дружба" молочная	210	37,70	260,00	7,95	9,20	23,48
	напиток		Сок фруктовый	200	15,00	92,00	0,50	0,2	20,10
	закуска	2	Бутерброд с джемом	60	16,39	161,00	4,42	6,50	29,15
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	40	7,00	81,00	2,28	0,27	14,85
				<i>Итого завтрак:</i>	510	76,09	594,00	15,15	15,97
Обед	закуска	73	Икра кабачковая	60	10,00	54,48	0,96	3,78	4,44
	1 блюдо	102	Суп гороховый с мясом	200	29,00	175,00	2,10	3,56	14,50
	2 блюдо	234	Рыбная котлета	100	28,85	111,00	6,54	5,38	9,03
	гарнир	128	Картофельное пюре	150	21,00	181,50	3,23	9,60	18,90
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6,00	41,91	0,00	0,00	11,23
	хлеб черн.	19	Хлеб ржаной	40	5,00	116,55	3,74	0,68	21,65
	хлеб бел.	18	Хлеб пшеничный	40	7,00	135,00	3,80	0,45	24,75
				<i>Итого обед:</i>	790	106,85	815,44	20,365	23,445
			ИТОГО ДЕНЬ 10:	1300	183	1409	36	39	192