

| | | | | | | | |
|------------|-----------|---------|---|-----------|-----------|--------------------|--------|
| Школа | 190 | | 12.02.2024 | 12-18 лет | | | |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена, руб | Калорийность, ккал | Белки |
| Завтрак | гор.блюдо | 224 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 200 | 63,9 | 415 | 20,75 |
| | хлеб | 1 | Бутерброд с маслом | 30/5 | 15 | 107,9 | 2,4 |
| | напиток | 54-21гн | какао с молоком | 200 | 15 | 107,2 | 4,5 |
| | фрукты | к/к | Груша свежая | 200 | 20 | 94 | 3,01 |
| | | | Итого | 635 | 117,6 | 724,1 | 30,66 |
| Обед | закуска | 54-3з | Помидор свежий(кусочек) | 100 | 20 | 16,05 | 0,83 |
| | 1 блюдо | 99 | Суп картофельный с горохом, с гренками | 250/15 | 40 | 196 | 8,05 |
| | 2 блюдо | 289 | Биточки по-белорусски | 100 | 61,8 | 290 | 21,0 |
| | гарнир | 346 | Капуста тушеная (свежая) | 180 | 30 | 111,7 | 4,56 |
| | напиток | 54-1хн | Компот из сухофруктов | 200 | 10 | 81 | 0,5 |
| | хлеб | к/к | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 60 | 5 | 126 | 2,37 |
| | хлеб | к/к | Батон обогащенный микронутриентами | 40 | 4 | 85,6 | 2,19 |
| | | | | Итого | 945 | 176,4 | 906,35 |
| | | | Всего | 1580 | 294 | 1630,45 | 70,16 |

| | |
|-------|----------|
| День | 7 |
| Жиры | Углеводы |
| 17,12 | 44,63 |
| 4,43 | 14,6 |
| 4,35 | 12,5 |
| 1,07 | 42 |
| 26,97 | 113,73 |
| 0,15 | 2,85 |
| 4,65 | 30,45 |
| 22,4 | 1,2 |
| 5,16 | 11,76 |
| 0 | 19,8 |
| 0,66 | 27,6 |
| 0,75 | 17,42 |
| 33,77 | 111,08 |
| 60,74 | 224,81 |