

Школа	190		11,03,2024	12-18 лет
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	гор.блюдо	224	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200
	хлеб	1	Бутерброд с маслом	30/5
	напиток	54-21гн	какао с молоком	200
	фрукты	к/к	Груша свежая	200
			Итого	635
Обед	закуска	54-3з	Помидор свежий(кусочек)	100
	1 блюдо	99	Суп картофельный с горохом, с гренками	250/15
	2 блюдо	289	Биточки по-белорусски	100
	гарнир	346	Капуста тушеная (свежая)	180
	напиток	54-1хн	Компот из сухофруктов	200
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	40
				Итого
			Всего	1580

			День	7
Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
63,9	415	20,75	17,12	44,63
15	107,9	2,4	4,43	14,6
15	107,2	4,5	4,35	12,5
20	94	3,01	1,07	42
117,6	724,1	30,66	26,97	113,73
20	16,05	0,83	0,15	2,85
40	196	8,05	4,65	30,45
61,8	290	21,0	22,4	1,2
30	111,7	4,56	5,16	11,76
10	81	0,5	0	19,8
5	126	2,37	0,66	27,6
4	85,6	2,19	0,75	17,42
176,4	906,35	39,5	33,77	111,08
294	1630,45	70,16	60,74	224,81