

Школа

-

Отд./корп

День

01.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	ТК, 205-17	Гратен из печени, макароны отварные с овощами	240	63,39	394,40	21,16	16,14	35,23
	гор.напиток	389-17	Сок фруктовый	180	18,72	76,32	0,90	0,00	18,18
	хлеб	ТК	Хлеб пшеничный, ржаной	50	5,07	113,70	3,30	0,80	24,00
	закуска	ТК	Овощи по сезоны	80	8,85	9,60	0,88	0,16	3,04
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)	60	6,65	56,00	1,15	0,90	3,80
	1 блюдо	110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	13,67	84,80	1,60	4,16	4,16
	2 блюдо	ТК	Рыба, запеченная с маслом (филе минтая)	95	56,24	225,60	14,58	13,59	3,96
	гарнир	204-04	Картофель отварной с луком	150	28,75	181,25	3,20	8,40	26,10
	сладкое								
	хлеб бел.	ТК	Хлеб пшеничный	40	3,70	95,60	2,80	0,80	20,00
	хлеб черн.	ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,46	63,00	1,80	0,30	13,50
	напиток	ТК	Напиток витаминизированный (сок фруктовый)	200	20,80	52,22	0,44	0,44	10,89
	фрукты	ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	9,62	47,00	0,40	0,40	9,80