

Школа

МБОУ "Гимназия №64"

Отд./корп

День

5/21/21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	493, 02	Каша молочная "Дружба" с маслом	150/ 5		185, 91	4, 86	6, 72	26, 35
	гор.напиток	283	Чай с сахаром	200		39, 9			9, 98
	хлеб	420, 02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40		104	3, 2	0, 4	22
		401	Масло сливочное	10		66, 1	0, 08	7, 25	0, 13
		476, 01	Кисломолочный продукт для детского питания	100		62	3, 2	3, 2	4, 5
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	129, 20	Суп картофельный с горохом	250		142, 91	5, 91	4, 55	19, 49
	2 блюдо	502, 53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/ 30		159, 02	9, 95	9, 48	8, 57
	гарнир	211, 05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/ 5		210, 5	5, 82	4, 31	37, 08
	сладкое								
	хлеб бел.	420, 02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	3, 2		104	3, 2	0, 4	22
	хлеб черн.	421, 11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3, 2		88	3, 2	0, 4	18, 4
		294, 01	Компот из свежих плодов	200		78, 65	0, 16	0, 16	18, 89
				57, 43					