

Школа

МБОУ "Гимназия №64"

Отд./корп

День

5/21/25

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	285	Чай с лимоном и сахаром	200		42, 28	0, 06	0, 01	10, 19
	хлеб	420, 06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50		130	4	0, 5	27, 5
		27, 01	Сыр (порциями)	10		35	2, 63	2, 66	
		401	Масло сливочное	10		66, 1	0, 08	7, 25	0, 13
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Огурцы соленые	30		3, 9	0, 24	0, 03	0, 51
	1 блюдо	129, 08	Суп картофельный с горохом и гречками	200/ 15		175, 69	6, 62	3, 88	28, 57
	2 блюдо	118, 59	Рагу овощное с мясом птицы (филе)	160		219, 39	11, 35	13, 86	12, 22
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	420, 09	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	25		65	2	0, 25	13, 75
	хлеб черн.	421, 11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40		88	3, 2	0, 4	18, 4
		305, 11	Витаминизированный кисель	200		95			23, 5
				57, 43					