

Школа

МБОУ "Гимназия №64"

Отд./корп

День

5/21/27

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, 66	6, 72	26, 35
	гор.напиток	283	Чай с сахаром	200		39, 90			9, 98
	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		6, 61	0, 08	7, 25	0, 13
Завтрак 2	фрукты	38, 59	Яблоко	150		58, 75	0, 5	0, 5	12, 25
Обед	закуска								
	1 блюдо	66, 63	Суп с макаронными изделиями	200		97, 08	2, 22	4, 23	12, 49
	2 блюдо	233, 23	Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	45/ 45		251, 97	19, 83	17, 99	2, 93
	гарнир	302	Каша гречневая вязкая с маслом	150/ 5		148, 55	4, 77	4, 86	21, 48
	сладкое								
	хлеб бел.	420, 06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50		130	4	0, 5	27, 5
	хлеб черн.	421, 11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40		88	3, 2	0, 4	18, 4
		283	Чай с сахаром	200		39, 90			9, 98
				57, 43					