

Школа

МБОУ "Гимназия №64"

Отд./корп

День

5/21/28

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/ 5		204, 42	4, 56	6, 33	32, 19
	гор.напиток	282, 11	Чай витаминизированный	200		39			9, 7
	хлеб	420, 05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45		117	3, 6	0, 5	25
		27, 02	Сыр (порциями)	15		52, 5	3, 95	3, 99	
		402	Масло сливочное	15		99, 15	0, 12	10, 88	0, 2
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	54	Рассольник ленинградский со сметаной	200/ 8		106, 53	2, 04	4, 71	13, 83
	2 блюдо	502, 53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/ 30		159, 02	9, 95	9, 48	8, 57
	гарнир	138, 05	Картофельное пюре	180		177, 19	3, 95	6, 09	26, 5
	сладкое								
	хлеб бел.	420, 05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45		117	3, 6	0, 45	24, 75
	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					