

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 | | | | | |