

Школа

МБОУ "Гимназия №64"

Отд./корп

День

5/21/31

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211, 22	Макаронные изделия с сыром	150		266, 64	8, 84	11, 81	31, 01
	гор.напиток	282, 11	Чай витаминизированный	200		39			9, 7
	хлеб	420, 06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50		130	4	0, 5	27, 5
		401, 08	Масло сливочное	8		52, 88	0, 06	5, 8	0, 1
Завтрак 2	фрукты	38	Яблоко	100		47	0, 4	0, 4	9, 8
Обед	закуска								
	1 блюдо	56, 21	Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/ 10		210, 50	13, 00	12, 00	9, 26
	2 блюдо	131, 66	Плов из мяса птицы	180		399, 67	15, 21	21, 12	37, 28
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	420, 02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40		104	3, 2	0, 4	22
	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					