Школа	274	Отд./корп		День	04.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	183	Каша гречневая молочная жидкая	150/5	63 руб.	7,60	7,50	25,90	118
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200		0,20	0,10	15,00	60
	хлеб	к/к	Бутерброд с джемом абрикосовым	20/20		1,20	2,30	12,00	132
Завтрак 2	фрукты	к/к	Яблоко свежее	100		0,40	0,40	9,80	47
Обед	закуска	20	Салат из соленых огурцов с луком и маслом растительным	60	110 руб.	1,62	3,10	1,56	40
	1 блюдо	101	Суп с макаронными изделиями и картофелем, с курой	200/10		2,60	3,00	15,20	112
	2 блюдо	237	Рыба, запеченная в сметанном соусе	90		9,60	7,80	6,30	159
	гарнир	333	Картофель отварной	150		2,90	4,70	23,50	148
	сладкое	к/к	Напиток из клюквы, протертой с сахаром с витамином "С"	200		0,10	0,10	26,00	102
	хлеб бел.	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25		1,90	0,70	16,40	78
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40		2,70	0,32	17,00	90
	закуска	к/к	Йогурт в инд. упаковке производителя 2,5% жирн.	125		3,50	2,50	17,20	113