Школа 435 Отд./корп День 1 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		75,4	0,1	8,3	0,1
	2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20		71,7	4,6	5,9	0
	2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180		188,5	4,4	7,3	26,3
	2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5		36,4	0	0	8,9
	к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60		157,2	4,5	1,7	30,8
	к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	200		113	5,6	5	9
	Итого за прием пищи:			**655**		**642,2**	**19,2**	**28,2**	**75,1**
Обед	2008	33	РЕДИС С ОГУРЦАМИ	100		40,4	1	2,6	3,1
	2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/20/5		90	1,8	4,2	11
	2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	100		253,1	16,1	14,3	15
	2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200		198	3,9	6,1	31,7
	2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ. С	180		100	0,2	0,2	24,4
	к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	60		122,4	4	0,5	25,4
	к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40		104,8	3	1,2	20,6
	Итого за прием пищи:			**955**		**908,7**	**30**	**29,1**	**131,2**
Полдник	2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		101,7	5,5	4,8	9,1
	2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50		197,3	3,8	6,9	29,9
	к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	150		70,5	0,6	0,6	14,7
				380		**369,5**	**9,9**	**12,3**	**53,7**
	Всего за день:				**433,97**	**1 920,40**	**59,1**	**69,6**	**260**