Школа МБОУ"Полукотельниковская СОШ" Отд./корп 12-17 День 7.д

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	32	каша молочная, фрукты	205	13,13	185,6	5,1	5,1	31,8
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	4,20	61,3	0,2	0,1	15,0
	хлеб	480	батон	100	12,07	212,5	7,6	0,8	46,7
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54	икра морковная	100	4 ,31	119 ,0	2 ,3	6 ,8	4 ,7
	1 блюдо	101	суп картофельный с крупой и с мясом	275	12 ,02	142 ,6	6 ,2	7 ,0	13 ,6
	2 блюдо	487	куры отварные	100	22, 80	197 ,6	19 ,1	14 ,6	0 ,2
	гарнир	302	каша гречневая рассыпчатая	200	9 ,40	273 ,0	9 ,5	6 ,9	43 ,2
	сладкое	407	кефир	200	11, 41	106 ,0	5 ,8	5 ,0	8 ,0
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	481	хлеб	40	2 ,14	71 ,0	2 ,8	0 ,5	14 ,6
	фрукты								