



/Канунников А.С.

12-17

День 7

Отд./корп

МБОУ «Городской центр культуры и досуга»

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	32	каша молочная "Дружба"	205	13,13	185,6	5,1	5,1	31,8
	гор.напиток	376	чай с сахаром	200/15	4,20	61,3	0,2	0,1	15,0
	хлеб	480	хлеб пшеничный с маслом	60\10	12,67	212,5	7,6	0,8	46,7
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54	икра морковная	100	1,95	199,0	1	5	5
	1 блюдо	96	рассольник со сметаной	250/10	15,02	141,6	3	4	23
	2 блюдо	394	куры отварные	100	26,80	197,6	19	19	32
	гарнир		каша гречневая рассыпчатая	200	13,4	273,0			
	сладкое	407	кефир	200	18,33	106,0	0	19	0
	хлеб бел.	481	Хлеб пшеничный	40		128	5	1	29
	хлеб черн.	481	Хлеб "Сила"	60	4,50	71	3	1	15
	сладкое								
	фрукты								