Школа | Отд./корп | День 04.06.2021

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 210 | Омлет натуральный с маслом сливочным | 1/106/5 | 31,18 | 34,2 | 102,6 | 71 | 368,3 |
| | гор.напиток | 377 | Чай с сахаром и лимоном | 1/200/15/7 | 3,45 | 0,10 | 0,02 | 14,99 | 56,85 |
| | хлеб | х/к | Хлеб пшеничный | 1/30 | 1,46 | 2,28 | 0,27 | 14,01 | 69,30 |
| | | 75 | Икра свекольная | 1/50 | 3,74 | 1,85 | 7,56 | 11,51 | 120,55 |
| | | х/к | Печенье "Чоко-пай" | 1шт | 19,50 | 16,30 | 18,25 | 2,61 | 239,60 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 70 | Огурцы свежие(соленые) порционно | 1/50 | 5,50 | 0,24 | 0,03 | 0,48 | 3,9 |
| | 1 блюдо | 82 | Борщ с картофелем со сметаной | 1/250/5 | 8,54 | 0,25 | 0,05 | 0,75 | 4,2 |
| | 2 блюдо | 279 | Тефтели из мяса говядины с соусом красным основным | 1/90 /50 | 34,24 | 10,11 | 20,20 | 14,90 | 283,10 |
| | гарнир | 302 | Каша пшеничная рассыпчатая | 1/150 | 6,16 | 8,73 | 6,08 | 42,9 | 265,8 |
| | сладкое | 342 | Компот из яблок | 1/200 | 6,68 | 0,20 | 0,20 | 27,10 | 111,10 |
| | хлеб бел. | х/к | Хлеб пшеничный | 1/20 | 0,98 | 1,52 | 0,18 | 9,34 | 46,20 |
| | хлеб черн. | х/к | Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный) | 1/30 | 2,03 | 2,31 | 0,42 | 11,28 | 60,30 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |