

«Средняя школа»
Ю.

Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Прием пищи, наименование блюда	Бесплатно	Масса порции, г.	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы	ккал				
				Завтрак			
5,12	6,62	32,61	210,13	Каша рисовая молочная жидкая		205	20,9
1,4	1,6	17,34	89,32	Чай с молоком (1 вариант)		200	9,7
2,43	0,36	13,98	67,8	Хлеб пшеничный		60	3,2
8,95	8,58	63,93	367,25				33,8
				Обед			
2,22	11,02	3,4	121,74	Салат из белого к. кап.		100	11,1
2,34	3,89	13,61	98,79	Суп картофельный с бобовыми		250	26,6
6,62	16,04	1,57	179,72	Сосиски отварные	да	80	53,1
4,22	7,2	28,79	196,88	Макаронные изделия отварные\соус	да	150	20,2
0,56		27,89	113,79	Компот из сухофруктов	да	200	7
2,43	0,36	13,98	67,8	Хлеб пшеничный	да	60	3,2
2,29	0,47	18,12	76	Хлеб ржаной		30	5,3
1,5	0,1	21,8	89	Фрукт апельсин	да	100	27
22,18	39,08	129,16	943,72		83,5		153,5

Повар Ирина Русалимова М.Л.