

Школа

Карлинская СШ им. И.С. Полбина

Отд./корп

День

Пятница

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223,24	Твороженная запеканка	200	507,5	25,61	36	80,7
	гор.напиток	54-8	Соус сладкий сметанный	50	109,05	1,25	0,75	24,35
	хлеб	54-21гн	Какао с молоком	200	100,4	4,6	3,6	12,6
	фрукты	5	Батон	70	149,5	5,3	0,62	32,6
		пром	Печенье	10	41,6	0,8	1	7,4
Завтрак 2								
		<i>итого</i>		530				
Обед	закуска	10	Нарезка овощная "Ассорти"	60	38,6	0,6	3,1	2,2
	1 блюдо	54-1с	Щи из свежей капусты с картофелем	250	115,2	5,7	7,02	715
	2 блюдо	54-1г	Макаронные изделия отварные	200	262,4	7,2	6,5	43,7
	гарнир	54-4м	Котлета мясная	75	221,3	13,7	13,1	12,4
	напиток	54-3	Соус красный основной	50	35,4	1,65	1,2	4,45
	хлеб черн.	407	Сок натуральный в ассортименте	200	86,39	0,2	0,26	22,2
		5,1	Хлеб пшенично- ржаной	70	126,7	1,85	0,36	23,9
		<i>итого</i>		905				