

Школа Карлинская СШ им. И.С. Полбина Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	74,14	Каша гречневая молочная	200	380,2	9,64	13,08	38,4
		54-16к	Чай с сахаром	200	26,8	0,2	0	6,5
	гор.напиток	5	Батон	70	149,5	5,3	0,62	32,7
	фрукты	28,1	Яблоко	150	42,7	0,4	0,4	10
Завтрак 2								
	итого			620				
Обед	закуска	54-13з	Салат из отварной свеклы с маслом	80	60,8	1,1	3,6	6,1
	гор.блюдо	54-7с	Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне	250	149,5	6,45	3,47	23,12
	гор.блюдо	54-28м	Рагу из овощей	200	225,7	24,8	6,2	17,6
	гор.блюдо	54-4к	Котлета куриная	75	221,3	13,7	13,1	12,4
	напиток	54-1хн	Компот из сухофруктов	200	81	0,5	0	19,8
	хлеб черн.	54-9в	булочка школьная	60	172	5,2	1,8	34
		5,1	Хлеб пшенично - ржаной	60	126,7	1,85	0,36	23,9
	итого			925				