

Школа Улыбышевская ООШ Отд./корп 1-4 класс День 7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	106	Овощи натуральные.Помидоры.	60	15.26	12	0.67	0.12	2.28
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5.32	175	5.1	2.56	33.01
	горячее блюдо	243	Сосиски отварные	120	43.51	358	12.11	33.92	0.54
	напиток горячий	376	Чай с сахаром	200	1.33	60	0.07	0.02	15
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	40	3.55	72	3.4	0.64	14.8
	фрукт	118	Плоды свежие. Яблоко.	123	17.05	54	0.49	0.49	11.96
Обед	1 блюдо	131	Свекольник со сметаной	200	12.83	139	6.25	6.87	12.98
	2 блюдо	411	Кнели из куриной грудки в молочном соусе	60	26.63	230	15.5	15.8	6.6
	гарнир	139	Капуста тушеная	150	13.27	109	3.42	4.57	109
	напиток	395	Напиток яблочный	200	5.40	98	0.1	0.1	24.29
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1.87	81	3.08	0.56	14.96