Школа	МБОУ "СОШ №13" г.Глазова	Отд./корп		Дата	14.06.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	сладкое	110/2008	Сырники из творога запеченные	75/20	39,95	221,390	13,670	6,190	28,310
	гор.блюдо	302/2004	Каша пшённая молочная	200/10	22,67	306,520	8,980	11,100	45,290
	напиток	462/2021	Какао с молоком	200	10,51	99,350	3,580	2,920	14,760
	хлеб бел.	573/2021	Хлеб пшеничный 1 сорта	32	2,00	72,320	2,430	0,290	15,900
	булочное		Печенье	1/46	17,68	4460,000	75,000	160,000	680,000
					92,81	**5159,580**	**103,660**	**180,500**	**784,260**
Завтрак 2	фрукты								
	закуска	40/2013	Салат Летний	100	15,13	80,550	1,080	5,170	7,350
	1 блюдо	93/2021	Борщ из свежей капусты	200/8	12,17	86,190	1,540	5,250	8,490
	2 блюдо	498/2004	Котлеты рубленые из птицы	90	47,85	205,220	21,860	10,850	12,440
	гарнир	510/2004	Каша гречневая вязкая	200	12,41	205,910	6,180	6,340	33,080
	напиток	496/2021	Напиток из шиповника	200	10,48	59,400	0,680	0,000	14,280
	хлеб бел.	573/2021	Хлеб пшеничный 1 сорта	35	2,15	79,100	2,660	0,320	17,400
	хлеб чер.	575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,00	72,100	2,450	0,350	15,750
	фрукты				**102,19**	**788,470**	**36,450**	**28,280**	**108,790**
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								