Школа	МБОУ г.Глазова	Отд./корп		Дата	19.06.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	сладкое	279/2021	Запеканка из творога	80	35,53	169,800	13,020	7,830	12,170
	гор.блюдо	235/2021	Каша пшённая молочная жидкая	180/5	16,01	223,000	7,270	7,010	34,670
	напиток	457/2021	Чай с сахаром	200/10	2,08	37,420	0,000	0,000	9,980
	хлеб бел.	573/2021	Хлеб пшеничный 1 сорта	30	1,87	67,800	2,280	0,270	14,910
	хлеб чер.	575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,59	57,680	1,960	0,280	12,600
					57,08	**555,700**	**24,530**	**15,390**	**84,330**
Завтрак 2	фрукты								
	закуска	3/2008	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	22,83	50,650	0,560	4,080	2,900
	1 блюдо	93/2021	Борщ из свежей капусты	200/8	12,17	86,190	1,540	5,250	8,490
	2 блюдо	379/2004	Поджарка из горбуши	75/25	69,92	342,330	20,220	23,990	8,550
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	160	22,99	147,170	3,550	4,280	23,560
	напиток	495/2021	Компот из смеси сухофруктов + С	200	6,49	92,230	0,640	0,000	23,640
	хлеб бел.	573/2021	Хлеб пшеничный 1 сорта	30	1,81	67,800	2,280	0,270	14,910
	хлеб чер.	575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,71	61,800	2,100	0,300	13,500
					137,92	**848,170**	**30,890**	**38,170**	**95,550**
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								