Школа	МБОУ г.Глазова	Отд./корп		Дата	24.06.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	268/2021	Омлет натуральный	100	33,96	180,980	9,000	15,100	2,270
	гор.блюдо	302/2004	Каша пшённая молочная вязкая	250/5	20,49	333,500	11,150	8,440	56,510
	напиток	459/2021	Чай с лимоном	200	4,25	39,870	0,070	0,010	10,200
	хлеб бел.	573/2021	Хлеб пшеничный 1 сорта	25	1,56	56,500	1,900	0,230	12,430
					60,26	**610,850**	**22,120**	**23,780**	**81,410**
Завтрак 2	фрукты								
	закуска	ТТК	Салат "Травянчик"	100	11,77	85,500	1,290	4,750	9,040
	1 блюдо	116/2021	Суп из овощей	250/10	18,76	113,500	2,070	6,690	11,130
	2 блюдо	ТТК	Гуляш из куриных грудок	60/60	63,85	197,200	18,850	11,670	4,370
	гарнир	512/2004	Рис припущенный	170	14,80	231,240	4,220	4,630	46,080
	напиток	494/2021	Компот из кураги +С	200	8,57	88,230	1,040	0,060	21,040
	хлеб бел.	573/2021	Хлеб пшеничный 1 сорта	25	1,56	56,500	1,900	0,230	12,430
	хлеб чер.	575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,43	51,500	1,750	0,250	11,250
	сладкое	580/2021	Вафли	20	14,00	82,080	0,770	0,670	16,280
					134,74	**905,750**	**31,890**	**28,950**	**131,620**
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								