Школа МБОУ С(К)ШИ Отд./корп Дата 14.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	109	Каша овсяная из «Геркулеса» молочная жидкая с маслом	205	11,93	207	6	8	25
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	1,68	49	0	0	12
	хлеб	300	Бутерброд с сыроми с маслом, хлеб	80	29,81	276	10	14	29,91
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	345	Салат из моркови	60	4,43	12	1	0	2
	1 блюдо	63	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	9,78	86	2	5	9
	2 блюдо	189	Биточки из говядины (ежики)	90	53,66	227	14	15	7
	гарнир	227	Макароны отварные с маслом слив.	150	8,39	211	6	5	35
	напиток	293	Сок фруктовый	200	12,00	88	1	0	22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	45	3,11	137	5	1	30
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	45	3,27	141	5	0	30
Полдник	булочное	380	Вафли	80	24,00	433	3	24	50
	напиток	294	Чай с сахаром и лимоном	222	3,16	62	0	0	15
Ужин	гор.блюдо	74	Тефтели рыбные с соусом	130	19,44	156	12	7	12
	гарнир	241	Картофельное пюре	200	14,26	214	4	8	31
	напиток	300	Чай с сахаром	215	1,68	49	0	0	15
	хлеб		Хлеб пшеничный, хлеб ржано-пшеничный	60	4,25	185	6	1	40
Ужин 2	кисломол.		Кефир	200	12,20	164	4	5	28
	булочное								
	напиток	293	Сок фруктовый	200	21,00	90	0	0	20
	фрукты								

This version of Total Excel Converter unregistered.