Школа 435 Отд./корп День 7 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		75	0,1	8,3	0,1
	2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180		188,5	4,4	7,3	26,3
	2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5		36,4	0	0	8,9
	к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		61,2	2	0,3	12,7
	к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60		157,2	4,5	1,7	30,8
	к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	200		113	5,6	5	9
	Итого за прием пищи:			**665**		**631,3**	**16,6**	**22,6**	**87,8**
Обед	2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	100/30		191,9	6,2	15	7,2
	2008	101	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ , КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ	250/20		101,7	2,7	1,6	19,1
	2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ, СОУС МОЛОЧНЫЙ	100/30		193,6	13,2	8,3	16,6
	2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	200		187,7	3,9	7,4	26
	2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТ.С	180		82,3	0,9	0,1	19,4
	к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	60		122,4	4	0,5	25,4
	к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40		104,8	3	1,2	20,6
	Итого за прием пищи:			**1010**		**984,4**	**33,9**	**34,1**	**134,3**
Полдник	2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		101,7	5,5	4,8	9,1
	2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50		197,3	3,8	6,9	29,9
	к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	150		70,5	0,6	0,6	14,7
	Итого за прием пищи:			**380**		**369,5**	**9,9**	**12,3**	**53,7**
	Всего за день:				**433,97**	**1 985,20**	**60,4**	**69**	**275,8**