Школа 435 Отд./корп День 9 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40		63	5,1	4,6	0,3
	2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/20		558,4	31,8	25	50,8
	к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		75,3	2	1,1	14,4
	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:			**700**		**966,9**	**49**	**37,4**	**105,3**
Обед	1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	100		64,8	1,1	2,6	8,9
	2008	89	РАССОЛЬНИК С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/20/10		84	1,8	2,3	13,7
	2008	234	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ЛУКОМ	100/20		166	19,8	6,1	8
	2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200		192,2	4,2	6,8	28,6
	2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТ.С	180		90,9	0,4	0,1	21,9
	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:			**980**		**825,1**	**34,3**	**19,6**	**127,1**
Полдник	2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		101,7	5,5	4,8	9,1
	2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50		148	4,4	0,9	26
	к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)	150		70,5	0,6	0,5	15,5
Итого за прием пищи:				**380**		**320,2**	**10,5**	**6,2**	**50,6**
	Всего за день:				**433,97**	**2 112,20**	**93,8**	**63,2**	**283**