

Школа

МБОУ "Школа №32"

Отд./корп

День

12/3/2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Тефтели из говядины, пюре картофельное	70/50/150		172/160	7,01 /7,3	9,78 /4,36	11,78 /31,03
	гор.напиток		Чай с сахаром	200/8		32	0,02	0,01	7,99
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	25		55	1,25	0,25	11,25
			Хлеб пшеничный	30		71	2,28	0,24	14,76
			Итого			53,41	474,3	19,24	13,03
Завтрак 2	фрукты								
	закуска		Салат из моркови с яблоками	60		79	0,59	6,08	5,27
Обед	закуска		маффин шоколадный	50		211	3,2	10,4	29,8
	1 блюдо		суп картофельный с фрикадельками из птицы	250/22		145	6,2	4,1	20,9
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое		кисель	200		53			13,1
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	35		77	1,78	0,35	15,8
	хлеб черн.								
			Итого			48,00	325	9,22	11,28