

Школа

ГБОУ ООШ №32 г.Сызрани

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	423,463,5	Котлеты куриные с соусом, Каша гречневая рассыпчатая, огурцы порционно	260	53,38	368	16	15	37
	гор.напиток	702	Компот из свежих яблок	200	15,00	128	0		34
	хлеб		Хлеб пшеничный/ржаной	40	6,20	83	3	0	16
						74,58			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	60	Винегрет овощной	60	12,00	80	1	6	5
	1 блюдо	120	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	210	28,49	86	2	6	9
	2 блюдо	202	Ежики в соусе	90	41,74	164	11	10	14
	гарнир	469	Макаронные изделия отварные	150	9,00	204	5	4	37
	сладкое	628	Чай с лимоном	187	7,00	54	0	0	14
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	20	3,10	45	2	0	10
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20	3,10	38	1	0	6
						104,43			