

Школа

ГБОУ ООШ №32 г.Сызрани

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	428,469,31	Люля-кебаб с соусом, Макароны отварные, горошек зеленый	260	57,38	370	14	15	48
	гор.напиток	293	Сок фруктовый	200	11,00	94	1		23
	хлеб		Хлеб пшеничный/ржаной	40	6,20	83	3	0	16
					74,58				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	37	Салат картофельный с огурцами	60	11,00	49	1	2	7
	1 блюдо	110	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	210	28,49	96	4	6	12
	2 блюдо	202	Ежики в соусе	90	41,74	164	11	10	14
	гарнир	463	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,00	233	8	5	26
	сладкое	289	Напиток из шиповника	180	8,00	97	1		24
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	20	3,10	45	2	0	10
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20	3,10	38	1	0	6
					104,43				