

Школа

ГБОУ ООШ №32 г.Сызрани

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	114	Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром	160	36,38	242	12	15	30
	гор.напиток	628	Чай с лимоном	187	8,00	54	0	0	14
	хлеб		Батон	40	5,10	94	3	0	21
	закуска	24	Фрукты	150	25,10	57	1		15
Завтрак 2	фрукты				74,58				
Обед	закуска	62	Салат из белокочанной капусты	60	12,00	54	1	3	6
	1 блюдо	42	Рассольник ленинградский со сметаной	210	32,49	117	2	6	16
	2 блюдо	520	Стейк(шницель) из курицы с соусом	90	20,50	170	12	9	2
	гарнир	251	Картофель и овощи тушеные	150	25,24	250	4	11	35
	сладкое	283	Компот из сухофруктов	180	8,00	126	1		32
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	20	3,10	45	2	0	10
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20	3,10	38	1	0	6
						104,43			