

Школа

Маоу "Школа№149"

Отд./корп

День

25.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Плов из филе цыплят	200 г		384 г	18,6 г	10,4 г	41,7 г
	гор.напиток		какао с молоком	200 г		143 г	3,9 г	3,8 г	24,1 г
	хлеб		батон	28 г		96 г	2,7 г	1,1 г	18,8 г
			пюре фруктовое	1 шт		50 г			12,6 г
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Щи из свежей капусты с картофелем ,мясом ,зеленью	10/250 г		84 г	4,5 г	3,3 г	7,7 г
	2 блюдо		Биточки рыбные с маслом	90/50 г		203 г	13,2 г	9,7 г	13,6г
	гарнир		картофельное пюре	150 г		138 г	3,1 г	5,4 г	12,1 г
	сладкое								
	хлеб бел.		батон	51 г		175 г	4,8 г	2 г	34,2 г
	хлеб черн.		ржаной	47 г		94 г	3,1 г	0,5 г	19,3 г
	напиток		чай с лимоном	200/10 г		45 г	0,3 г	0,1 г	10,4 г