Школа	Маоу "Школа №149"	Отд./корп		День	26.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20 г		385 г	31,7 г	12,6 г	32,2 г
	гор.напиток		чай с сахаром	200 г		53 г	0,2 г	0,1 г	13 г
	хлеб		батон	31г		106 г	2,9 г	1,2 г	20,8 г
			масло	10 г		66 г	0,1 г	7,3 г	0,1 г
			сыр	25 г		84 г	6,7 г	6,3 г	
Завтрак 2	фрукты		яблоко свежее	1 шт		71 г	0,6 г	0,6 г	14,7 г
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп молочный с вермишелью	250 г		162 г	5,8 г	5,7 г	21,5 г
	2 блюдо		Гуляш из говядины	50/50 г		176 г	15,9 г	12,1 г	2,7 г
	гарнир		Рис отварной	150 г		216 г	3,7 г	6,3 г	28,5 г
	сладкое								
	хлеб бел.		батон	22 г		75 г	2,1 г	0,9 г	14,7 г
	хлеб черн.		ржаной	22 г		44г	1,5 г	0,2 г	9 г
	напиток		компот из кураги	200 г		106 г	1 г	0,1 г	25,2 г