Школа	МБОУ г.Глазова	Отд./корп		Дата	05.06.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	сладкое	106/2008	Запеканка из творога с молоком сгущенным	80/20	45,28	222,710	15,020	8,490	21,790
	гор,блюдо	235/2021	Каша пшённая молочная жидкая	200/5	16,88	238,400	7,850	7,290	37,480
	напиток	457/2021	Чай с сахаром	200/10	2,08	37,420	0,000	0,000	9,980
	хлеб бел.	573/2021	Хлеб пшеничный 1 сорта	20	1,24	45,200	1,520	0,180	9,940
	хлеб чер.	575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,14	41,200	1,400	0,200	9,000
					66,62	**584,930**	**25,790**	**16,160**	**88,190**
Завтрак 2	фрукты								
	закуска	ТТК	Салат из свежей капусты с кукурузой	80	10,35	72,600	1,310	4,060	8,140
	1 блюдо	39/2008	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/8	11,50	96,170	1,640	5,320	10,580
	2 блюдо	84/2008	Минтай тушённый в томате с овощами	100	35,53	166,040	10,310	12,350	3,040
	гарнир	520/2004	Картофельное пюре	150	16,76	137,970	3,330	4,020	22,090
	напиток	495/2021	Компот из смеси сухофруктов + С	200	6,49	92,230	0,640	0,000	23,640
	хлеб бел.	573/2021	Хлеб пшеничный 1 сорта	30	1,84	67,800	2,280	0,270	14,910
	хлеб чер.	575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,71	61,800	2,100	0,300	13,500
	сладкое		Мороженое	80	44,20	207,000	4,100	11,600	21,600
					128,38	**901,610**	**25,710**	**37,920**	**117,500**
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								