Школа	МБОУ г.Глазова	Отд./корп		Дата	20.06.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	сладкое	268/2021	Омлет натуральный	70	31,02	126,630	6,300	10,570	1,590
	гор.блюдо	119/2008	Каша молочная "Дружба"	200/5	18,86	262,260	7,520	6,910	45,110
	напиток	459/2021	Чай с лимоном	200	4,32	39,870	0,070	0,010	10,200
	хлеб бел.	573/2021	Хлеб пшеничный 1 сорта	23	1,43	51,980	1,750	0,210	11,430
	хлеб чер.	575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,14	41,200	1,400	0,200	9,000
					56,77	**521,940**	**17,040**	**17,900**	**77,330**
Завтрак 2	фрукты								
	закуска	ТТК	Салат "Нюша"	100	13,02	91,120	1,640	4,730	10,300
	1 блюдо	60/ 2008	Уха со взбитым яйцом	200/25	25,74	112,810	7,520	4,350	10,770
	2 блюдо	478/2004	Запеканка картофельная с мясом	200	87,45	398,710	15,270	25,390	34,030
	гарнир	494/2021	Компот из изюма и кураги + С	200	8,73	89,830	0,700	0,030	22,140
	напиток	573/2021	Хлеб пшеничный 1 сорта	30	1,86	67,800	2,280	0,270	14,910
	хлеб бел.	575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,43	51,500	1,750	0,250	11,250
	хлеб чер.				**138,23**	**811,770**	**29,160**	**35,020**	**103,400**
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								