| Школа | МБОУ г.Глазова | Отд./корп | | Дата | 21.06.2024 |
|---|---|---|---|---|---|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | сладкое | 110/2008 | Сырники из творога запеченные | 75/15 | 37,72 | 204,990 | 13,310 | 5,770 | 25,530 |
| | гор.блюдо | 302/2004 | Каша ячневая молочная | 180/5 | 14,73 | 229,670 | 6,910 | 6,390 | 38,340 |
| | напиток | 462/2021 | Какао с молоком | 180 | 9,47 | 89,420 | 3,220 | 2,630 | 13,290 |
| | хлеб бел. | 573/2021 | Хлеб пшеничный 1 сорта | 21 | 1,31 | 47,460 | 1,600 | 0,190 | 10,440 |
| | | | | | **63,23** | **571,540** | **25,040** | **14,980** | **87,600** |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | закуска | 6/2004 удм | Салат Тазалык | 80 | 13,66 | 103,720 | 0,940 | 8,010 | 7,240 |
| | 1 блюдо | 168/2004 | Суп- пюре из разных овощей с гренками | 200/10 | 16,81 | 142,550 | 3,670 | 5,980 | 19,100 |
| | 2 блюдо | 498/2004 | Котлеты рубленые из птицы | 90 | 47,85 | 205,220 | 21,860 | 10,850 | 12,440 |
| | гарнир | 510/2004 | Каша гречневая вязкая | 150 | 9,32 | 154,510 | 4,640 | 4,750 | 24,830 |
| | напиток | 156/2008 | Напиток лимонный | 200 | 7,36 | 92,140 | 0,060 | 0,010 | 24,160 |
| | хлеб бел. | 573/2021 | Хлеб пшеничный 1 сорта | 25 | 1,53 | 56,500 | 1,900 | 0,230 | 12,430 |
| | хлеб чер. | 575/2021 | Хлеб ржано-пшеничный | 23 | 1,31 | 47,380 | 1,610 | 0,230 | 10,350 |
| | фрукты | 82/2021 | Мандарин | 145 | 33,93 | 55,100 | 1,160 | 0,290 | 12,470 |
| | | | | | **131,77** | **857,120** | **35,840** | **30,350** | **123,020** |
| Полдник | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин 2 | кисломол. | | | | | | | | |
| | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |