Школа	МБОУ г.Глазова	Отд./корп		Дата	26.06.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	сладкое	106/2008	Запеканка из творога с молоком сгущенным	80/20	45,16	222,710	15,020	8,490	21,790
	гор.блюдо	302/2004	Каша пшеничная молочная	250/5	20,67	327,880	11,590	7,310	57,320
	напиток	457/2021	Чай с сахаром	180	1,88	33,680	0,000	0,000	8,980
	хлеб бел.	573/2021	Хлеб пшеничный 1 сорта	20	1,24	45,200	1,520	0,180	9,940
					68,95	**629,470**	**28,130**	**15,980**	**98,030**
Завтрак 2	фрукты								
	закуска	78/2004	Икра морковная	100	15,82	121,150	1,770	8,030	9,950
	1 блюдо	109/2004	Суп "Пуштыё шыд"	250	20,43	117,280	3,590	3,400	17,990
	2 блюдо	498/2004	Котлеты рубленые из птицы	90	47,85	205,220	21,860	10,850	12,440
	гарнир	518/2004	Картофель отварной	200	31,40	200,340	4,070	5,880	32,700
	напиток	494/2021	Компот из плодов сушеных (из изюма) +С	180	8,01	82,290	0,320	0,000	20,910
	хлеб бел.	573/2021	Хлеб пшеничный 1 сорта	23	1,40	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
					126,05	**819,460**	**34,760**	**28,570**	**114,420**
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								