



МЕНЮ

Возрастная категория: 12 лет и старше

Школа Отд./корп

Дата: День

| Прием пищи | № рец. | Наименование блюда | Выход, г | Энергет.ценно сть (ккал) | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |
|------------|----------|--------------------------|---------------|-----------------------------|--------------|---------------|---------------|
| Завтрак | 554 | Каша ячневая | 210 | 299,00 | 8,72 | 12,86 | 37,12 |
| | 541 | Ватрушка с повидлом | 75 | 147,50 | 4,50 | 2,12 | 27,80 |
| | 501 | Напиток кофейный | 200 | 122,00 | 1,40 | 0,00 | 29,00 |
| | 108/2013 | Хлеб пшеничный | 25 | 108,50 | 3,80 | 0,45 | 24,85 |
| | | | 510 | 677,00 | 18,42 | 15,43 | 118,77 |
| Обед | 157\2013 | Суп карт.с рисом и курой | 280 | 198,50 | 5,48 | 5,26 | 16,53 |
| | 411\2013 | Тефтели в соусе | 120 | 187,20 | 12,51 | 1,89 | 8,64 |
| | 291 | Рожки | 150 | 196,27 | 3,99 | 6,24 | 26,58 |
| | 108/2013 | Хлеб пшеничный | 50 | 108,50 | 3,80 | 0,45 | 24,85 |
| | 493 | Напиток с вареньем | 230 | 125,00 | 1,60 | | 109,40 |
| | | Мандарины | 60 | 42,03 | 0,30 | | 10,47 |
| | | 890 | 857,50 | 27,68 | 13,84 | 196,47 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| 2 ужин | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1400 | 1534,50 | 46,10 | 29,27 | 315,24 |