Школа	-	Отд./корп		День	10/4/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	омлет натуральный	150	24.20	290	14	25	3
	гор.напиток	382	какао с молоком	200	8.45	119	4	4	18
	хлеб		пшеничный/ржано-пшеничный	50	4.05	115	3	0	0
			пряники	50	11.02	105	3	3	35
		386	йогурт	130	11.00	66	4	3	5
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	43	салат из св.капусты	60	3.54	54	2	4	2
	1 блюдо	102	суп гороховый	200	6.78	148	5	5	17
	2 блюдо	246	гуляш из отварной говядины	90	26.00	82	7	7	2
	гарнир	302	каша гречневая рассыпчатая	150	11.90	244	9	6	39
	сладкое								
	хлеб бел.		пшеничный	25	2.58	58	2	0	0
	хлеб черн.		ржано-пшеничный	25	1.47	57	1	0	0
		389	сок	200	11.00	101	3	3	16