Школа МБОУ СОШ № _____ Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий-ность	Белки	Жиры	Углево-ды	Витамины, мг.				Минералы, мг.			
										B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe
Завтрак	гор.блюдо	294/05	Шницель из птицы (курица)	90	36,16	223,8	13,6	12,8	13,4	0,06	0,09	3,33	0,45	16,8	15,75	63	1,24
	гарнир	202,203/05	Макаронные изделия отварные	150/5	8,68	179,5	5,4	0,6	28,5	0,14	0,08	1,71	0	32	38	140	3,2
	напиток	354/05	Кисель из смеси сухофруктов	200	8,51	127,2	3,8	0,0	31,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8
	хлеб бел.	5/91	Хлеб пшеничный	40	3,20	96,0	3,2	0,6	19,0	2,10	0,04	0,28	0	14	18,8	63,2	1,56
Обед	1 блюдо	102/05	Суп картофельный с горохом	250	9,14	163,8	5,1	5,4	23,8	0,06	0,05	0,85	10	46	29,5	184	0,048
	2 блюдо	297/05	Фрикадельки из птицы (курица)	90	33,70	238,5	14,5	13,7	14,3	0,036	0,08	3,96	0,918	43,58	12,98	96,39	1,03
	гарнир	171/05	Каша рассыпчатая пшенная	150	4,25	200,9	3,6	13,6	41,8	0,1	0,085	0,935	12,47	30,22	19,18	62,23	0,73
	Напиток	377/05	Компот из смеси сухофруктов	200	6,26	127,2	3,8	0,0	31,2	0	0	0,011	0	17	33	91	2,8
	хлеб бел.	5/91	Хлеб пшеничный	20	1,60	48,0	1,6	0,3	9,5	1,05	0,02	0,14	0	7	9,4	31,6	0,78
	хлеб черн.	5/91	Хлеб ржаной	30	2,40	72,0	2,4	0,4	14,2	0,05	0,02	0,48	0	6,9	9,9	26,1	0,6