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	закуска	Т24/96	Икра кабачковая консервированная	60	12,81	6,0	1,0	1,6	5,6	0,02	0,02	0,38	2,81	54,56	10,86	33,5	0,45
	гор.блюдо	210/05	Омлет натуральный	106	30,77	205,0	10,5	13,2	11,1	0,08	0,4	0,18	0,2	79,72	12,48	174,6	2,04
	масло	14/05	Масло сливочное Крестьянское	10	8,80	75,0	0,1	8,2	0,1	0,00	0,01	0,01	0	2,112	0	2,61	0,017
	напиток	376/05	Чай с сахаром	200/15	3,89	60,0	0,1	0,0	15,0	0	0	0,056	0	0,81	1	0	0,2
	хлеб	5/91	Хлеб пшеничный	59	2,64	141,6	4,7	0,9	21,9	3,11	0,07	0,42	0	20,69	27,77	93,22	2,31
	мучное	429/05	Булочка Веснушка 1шт.	50	4,16	156,0	3,8	3,1	28,2	0,02	0,02	0	0	11	0	0	1,11
Обед	1 блюдо	101/05	Суп картофельный с крупой рисовой	250	9,45	142,8	4,3	4,8	20,7	0,11	0,08	1,43	7,6	33	33	205	1,7
	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	202,203/05	Макаронные изделия отварные	150	4,28	141,9	5,4	0,6	28,5	0,14	0,08	1,71	0	31,5	24,6	69	1,6
	Напиток	377/05	Чай с лимоном	200/15/7	5,89	91,0	1,4	1,6	17,7	0	0,01	0	0,1	5,4	0	0	0,8
	хлеб бел.	5/91	Хлеб пшеничный	44	3,49	105,6	3,6	0,5	20,9	2,32	0,05	0,31	0	15,4	20,68	69,52	1,73
	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