Школа 3 Отд./корп День 12 октября

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	310	Омлет натуральный	150	46.86р.	256.67	14.71	20.7	2.87
	закуска	45	Салат из свежей капусты	100	10.93р.	92.17	1.33	6.08	8.52
	Хлеб		Хлеб пшеничный	40	3.01р.	81.83	2.77	0.35	16.91
	порц.блюдо		Масло сливочное	10	10.28р.	65.72	0.1	7.2	0.13
	Напиток	377	Чай сладкий с лимоном	200	5.92р.	41.60	0.53	0	9.87
Завтрак 2									
Обед	закуска		Огурец порционный	60	8.64	25.2	0.72	0.24	5.04
	1 блюдо	82	Борщ из свеж.капусты на мк/б со сметаной	250/10	16.78р.	132.40	4.03	7.6	12.05
	2 блюдо	234	Котлеты рыбные	90	19.94р.	117.34	12.04	3.94	8.44
	гарнир	312	Картофельное пюре с м/сл	150/8	22.53р.	175.45	3.18	9.53	19.26
	Хлеб черн.		Хлеб ржаной	55	3.08р.	126.45	3.08	0.61	27.17
	Напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6.03р.	196.38	1.16	0.30	47.26