

Школа

МАОУ "Православная гимназия" г. Звенигорода

Отд./корп

День

20.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	229	Омлет с колбасными изделиями	150		263	19	20	3
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200		49	0	0	12
	хлеб	18	Из муки пшеничной	20		52	2	1	10
		37	Огурцы свежие	60		9	1	0	2
Завтрак 2	фрукты	394	Фрукт свежий по сезонности	1 шт		208	3	1	46
					61,64				
Обед	закуска	43	Салат витаминный с растительным маслом	60		109	1	9	6
	1 блюдо	132	Суп картофельный с горохом	200		114	4	4	15
	2 блюдо	275	Бефстроганов	80		163	11	12	4
	гарнир	341	Каша гречневая рассыпчатая	150		188	6	5	29
	сладкое	487	Сухарики из хлеба пшеничного	10		37	1	0	7
	хлеб бел.	18	Из муки пшеничной	20		52	2	1	10
	хлеб черн.	19	Хлеб ржано- пшеничный	20		46	1	0	10
		451	Компот из плодов свежих (яблоки)	200		93	0	0	23
					64,40				