Школа МБОУ Школа №51 г.о.Самара Отд./корп День 02.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/15	31,96	426,00	23,03	17,42	44,10
	закуска	209	Яйцо вареное	40	7,87	63,00	5,08	4,6	0,28
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	2,57	40,00	0,53		9,47
	хлеб		Батон	60	5,80	170,00	5,52	0,54	34,80
	фрукты	338	Апельсин	150	21,80	81,00	1,92	0,42	17,36
	ИТОГО:			615	70,00	780,00	36,08	22,98	106,01
Обед	закуска		Салат из моркови с яблоками	100	9,73	81,90	0,86	5,22	7,87
	1 блюдо		Щи из свежей капусты с картофелем из филе птицы	12,5/250/10/3	19,67	84,48	1,80	4,98	8,13
	2 блюдо		Котлета рубленая из бройлер-цыплят с соусом	75/50	30,50	231	12,06	13,60	14,25
	гарнир		Макаронные изделия отварные	150	9,00	201,9	5,10	7,50	28,50
	напиток		Компот из свежих ягод	200	10,50	116,6	0,52	0,18	24,84
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,30	68,97	2,37	0,30	14,49
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30	2,30	68,97	2,37	0,30	14,82
	ИТОГО:			910	84,00	854,99	24,39	32,11	112,90