Школа	383							День	2022-11-18
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	184	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/5	26.45	264	8.53	7.17	41.2
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	30/10	14	103	5.77	2.41	14.64
	напиток	432	Кофейный напиток	200	13	107	1.5	1.3	22.4
	молочн. продукт	к/к	Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя ,массовая доля жира 2,5%	125	34	103	3	3.1	15.9
					87.45				
Обед	закуска	20	Салат из огурцов соленых с маслом растительным	80	11	53.6	2.16	4.08	2.08
	1 блюдо	95	Суп овощной со сметаной и гренками	200/10/15	20	142.7	4.29	4.93	20.29
	2 блюдо	314/366	Котлета рубленая из птицы с соусом молочным	100	70.17	252	16.94	13.4	15.96
	гарнир	335	Картофельное пюре	150	20	141	3.1	5.4	20.3
	напиток	399	Компот из апельсинов	200	7	141	0.5	0.1	34
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3	92.8	2.24	0.44	19.97
					131.17				