| Школа | - | Отд./корп | | Дата | |
|---|---|---|---|---|---|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 190 | Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба") | 180/5 | | 207,2 | 5,73 | 9,25 | 27 |
| | | | | | | | | | |
| | гор.напиток | 433 | Какао с молоком | 200 | | 134 | 0,2 | 0,1 | 15 |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | фрукты | к/к | Груша свежая | 130 | | 61 | 0,5 | 0,4 | 13,4 |
| | кисломол. | к/к | Йогурт м.д.ж.2,5% | 100 | | 87 | 3,7 | 2,5 | 4,9 |
| | булочное | к/к,14 | Батон нарезной обогащённый микронутриентами, Сыр | 35 | | 105 | 4,3 | 4,12 | 12,99 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 40 | Салат из свеклы с яйцом | 60/20 | | 100,0 | 5,66 | 7 | 3,6 |
| | 1 блюдо | 82 | Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной | 200/5 | | 94 | 3,10 | 2,24 | 13,20 |
| | 2 блюдо | 31 | Хлебец рыбный запечённый | 90 | | 123,3 | 12,70 | 8,50 | 8,20 |
| | гарнир | 123 | Картофель отварной | 150 | | 151,9 | 2,88 | 5,3 | 22,8 |
| | напиток | АКП 9 | Компот из апельсинов | 200 | | 95,2 | 0,5 | 0,1 | 24,1 |
| | хлеб бел. | к/к | Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 50 | | 136 | 4 | 2,32 | 25,98 |
| | хлеб черн. | к/к | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 40 | | 92 | 3,2 | 1,7 | 20,4 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Полдник | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин 2 | кисломол. | | | | | | | | |
| | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |