Школа МБОУ лицей № 73 г. Пенза "Лицей информационных систем и техологий Отд./корп День 28.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	323\2003	каша вязкая молочная пшенная	200\10	42,06	397	20	24	22
	гор.напиток	270\2009	какао с молоком	1\200	16,63	318	8	13	42
	хлеб	6.3.5.3/2(	батон нарезной	1\22	14,34	196	5	5	33
		6.3.5.3/2(	хлеб ржанной	1\45	2,35	68	3	0	13
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	12\2003	огурец свежий	1\60	9,15	8	0	0	2
	1 блюдо	63\2009	щи из свежей капусты с картофелем, со	200\5	6,57	108	2	6	11
	2 блюдо	210\2009	курица в соусе с томатом	1\90	37,72	4001	26	31	4
	гарнир	443\2003	картофельное пюре	1\150	11,62	156	3	6	22
	сладкое	282\2009	компот из свежих плодов (яблок)	1\200	7,10	61	3	6	22
	хлеб бел.	6.3.5.3/2(	батон нарезной	1\22	1,13	68	3	0	13
	хлеб черн.	6.3.5.3/2(	хлеб ржанной	1\45	2,35	68	3	0	13