

5-11 класс
21 марта 2022 г.

| Прием пищи | № рец. | Блюдо | Выход | Цена | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------|---|-------|-------|------|-------|-------|----------|
| Завтрак | 6.04 | Бутерброд с карбонатом | 25/20 | 17,08 | 58 | 1,6 | 0,8 | 10,8 |
| | 333.04 | Макароны с сыром | 150 | 18,65 | 275 | 8,5 | 13,94 | 28,34 |
| | 378.17 | Чай с лимоном | 180/5 | 2,34 | 39 | 0,23 | 0,06 | 9,21 |
| | | Хлеб ржаной | 32,5 | 1,93 | 65 | 2,15 | 0,36 | 13,33 |
| Обед | 132.04 | Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной | 210 | 12,61 | 168 | 3,87 | 7,48 | 21 |
| | 454.04 | Котлета по-хлыновски | 50 | 22,18 | 216 | 7,28 | 18,09 | 5,96 |
| | 302.17 | Каша гречневая | 140 | 11,97 | 234 | 8,1 | 6,16 | 36,6 |
| | 376.17 | Чай с сахаром | 180 | 1,31 | 37 | 0,18 | 0,05 | 9,04 |
| | | Хлеб ржаной | 32,5 | 1,93 | 65 | 2,15 | 0,36 | 13,33 |