

5-11 класс
22 марта 2022 г.

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		Сырок плавленый "Виола"	1шт	15,12	40	0,9	27	5
	674.94	Блины с джемом фруктовым	160/30	20,56	402	11,08	13,08	58,77
	701.04	Напиток яблочный	180	4,32	84	0,1	0,1	20,47
Обед	97.17	Суп картофельный с рыбой	210	15,37	152	5,51	2,71	26
	290.17	Филе цыпленка в сметанном соусе	40/30	25,38	155	11,06	11,52	1,83
	304.17	Рис отварной	110	6,01	169	2,83	4,48	29,3
	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