Школа МБОУ лицей № 73 г. Пензы "Лицей информационных систем и технолог Отд./корп День 19.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	102\2009	каша "Дружба	200\5	12,65	241	7	8	35
	гор.напиток	433\2003	чай с сахаром	1\200	1,48	57	0	0	15
	хлеб	6.3.5.3/2(	хлеб ржаной	1\36	1,84	63	2	0	12
		1.3.4.2\2(	молоко сгущеное с сахаром	1\20	4,27	66	1	2	11
		313\2009	запеканка творожная	1\75	52,57	496	28	29	28
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	7\2009	салат из квашеной капусты с луком	1\60	9,82	66	1	6	2
	1 блюдо	45\2009	суп-лапша "Домашняя"	1\200	5,08	89	2	4	11
	2 блюдо	230\2003	рыба запеченая с морковью	1\120	37,98	180	14	11	5
	гарнир	443\2003	картофельное пюре	1\150	11,62	156	3	6	22
	сладкое	280\2009	компот из плодов и ягод сушеных (курага)	1\200	5,68	92	3	0	13
	хлеб бел.	312\2009	булочка "Домашняя"	1\50	3,84	190	4	6	31
	хлеб черн.	6.3.5.3/2(	хлеб ржаной	1\39	2,04	68	3	0	13