Школа МБОУ лицей № 73 г. Пенза "Лицей информационных систем и техологий Отд./корп День 24.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	328\2003	каша манная молочная	200\10	16,44	254	6	12	31
	гор.напиток	431\2003	чай с молом	1\200	4,27	56	2	2	9
	хлеб	6.3.5.3/2(	хлеб ржанной	1\45	2,35	68	3	0	13
		139\2009	яйцо варенное	1 шт	12,32	63	5	5	0
		9.1.4.7./2	яблоко	1 шт	19,58	71	1	1	15
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	7\2009	салат из квашенной капусты с луком	1\100	16,36	111	2	10	3
	1 блюдо	118/2003	суп картофельный с горохом	1\250	8,77	146	5	5	20
	2 блюдо	184\2\20	плов	1\200	51,21	356	25	10	41
	гарнир								
	сладкое	283/2009	компот из смеси сухофруктов	1\200	4,31	114	1	0	28
	хлеб бел.	6.1.3.2.2.	батон нарезной	1\24	2,00	63	2	1	12
	хлеб черн.	6.3.5.3./2	хлеб ржанной	1\45	2,35	78	3	1	15