Школа МБОУ лицей № 73 г. Пенза "Лицей информационных систем и техологий Отд./корп День 26.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	60\2004	суп молочный с макаронными изделиями	1\200	9,12	18	7	8	39
	гор.напиток	434\2003	чай с сахаром и лимоном	20\15\7	3,10	57	0	0	15
	хлеб	6.3.5.3/2(	батон нарезной	1\22	1,13	68	3	0	13
		364\2003	омлет	1\140	42,90	184	15	23	3
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	62\2013	салат из моркови с курагой	1\100	5,80	95	2	0	15
	1 блюдо	96\2003	борщ из свежей капусты со сметаной и курицей	250\5\15	19,31	149	3	6	13
	2 блюдо	227\2\20	котлета рыбная "Любительская"	1\100	35,81	318	18	15	13
	гарнир	174\2013	картофель отварной в молоке	1\180	12,87	178	6	8	1
	сладкое	280\2009	компот из плодов и ягод сушеных (курага)	1\200	5,68	57	0	0	23
	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