

ГБОУ "ЦЕНТР" ДАР"

Page 10

09.04.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	114	Каша рисовая молочная жидкая	200	15,65	210.13	5.12	6.62	32.61
	гор.напиток	269	Какао с молоком	200	9,56	153.92	3.77	3.93	25.95
	хлеб		Хлеб пшеничный 1с	50	3,85	117.5	3.8	0.4	24.6
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	32	2,05	61.76	2.72	1.056	61.76
	фрукты		Яблоко	198	23,76	62	0.9	0.15	15.6
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	43	Свекольник со сметаной	250	23,50	104.54	1.9	6.34	10.05
	2 блюдо	209	Котлета куриная	110	45,31	248	14.69	16.6	10.02
	гарнир	235	Капуста тушеная	200	13,99	174.32	5.24	6.46	26.9
	сладкое								
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный 1с	70	4,62	166.6	5.3	0.6	34
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	42	2,73	76	2.8	0.5	14.4
	напиток	283	Компот из сухофруктов	200	3,21	113.79	0.56	0	27.89