



А.М. Мансуров

Школа | Азякульская НШ | Отд./корп | Дата | 26.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	20	Гречка "Полевая" с мясом с соусом томатным	250			18	36	
	гор.напиток	1	Чай полусладкий	200	0,65	0	0	5	
	хлеб бел.	1	Хлеб пшеничный	30	2,55	2	0	15	
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,7	44	1	0	9
	конд.изделие		Печенье	32	5,12	200	4	5	36
	фрукты	338	Флоды и ягоды свежие (яблоки)	100	9	47	0	0	7
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб								
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								