

Школа

Азякульская НШ

Отд./корп

1-4 класс

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                          | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 20     | Гречка Полевая с мясом         | 200      | 69,17 | 343          | 19    | 16   | 35       |
|            | гор.напиток | 388    | Напиток из шиповника           | 200      | 1,5   | 88           | 0     | 0    | 21       |
|            | хлеб бел.   | 1      | Хлеб пшеничный                 | 30       | 2,31  | 71           | 6     | 0    | 45       |
|            | хлеб черн.  | 1      | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)  | 20       | 1,52  | 44           | 0     | 0    | 5        |
|            | закуска     | 338    | Фрукты и ягоды свежие (яблоки) | 100      | 25    | 47           | 0     | 0    | 7        |
|            |             |        |                                |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                |          |       |              |       |      |          |

