Утверждаю
Директор ГБОУ ЦО Эрудит
Э.Х.Фидарова

Школа	ГБОУ "ЦО «Эрудит»			Отд./корп				День	20.04.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак	Гор.блюдо		Каша овсяная на молоке	200		[illegible]	5	46,2	260,3
	Гор.напиток		Чай с лимоном	200		[illegible]		9,87	41,6
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50		[illegible]	0,5	24,15	116,9
			Масло сливочное (порциями)	10		0,1	7,2	0,13	65,72
			Итого за прием пищи:	460	40				484,52
Обед	Салат		Салат из свеклы с соленым огурцом	60		0,73	3,06	3,68	45,18
	1 блюдо		Суп картофельный с горохом	200		4,39	4,22	13,23	108,46
	2 блюдо		Котлеты из говядины с соусом сметанно-томатным	90/30		9,43	10,64	8,53	167,6
	Гарнир		Макароны отварные	150		6,2	4,58	42,3	235,22
	Хлеб		Хлеб пшеничный	70		3,95	0,5	24,15	116,9
	Гор. напиток		Компот из свежих яблок	180		0,14	0,14	13,51	55,86
Полдник			Итого за прием пищи:	660	72				729,22
	Гор.блюдо		Запеканка из творога с соусом сладким сметанным, 150/50	200		20,95	18,33	42,87	420,25
	Гор.напиток		Чай с лимоном	200		0,53		9,87	41,6
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50		3,95	0,5	24,15	116,9
			Итого за прием пищи:	450	39,8				578,75
			Итого за весь день:	1570					1792,49