

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	491	Чахохбили	80		155,5	9,6	10,6	5,3
		341	Каша гречневая рассыпчатая	150		178,2	6,1	4,8	27,8
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200		61,9	0,2	0,0	15,1
	хлеб		Хлеб пшеничный	50		114,8	3,7	0,3	24,3
	фрукты	338	Яблоко свежее	150		68,4	0,6	0,6	14,3
Завтрак 2	выпечка	738	Пирожок печеный с картофелем	100		229,8	6,6	3,1	42,4
	напиток	348	Компот из изюма	200		112,6	0,5	0,1	27,4
Обед	закуска		Капуста квашеная	60		37,0	1,3	0,4	7,7
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	200		84,5	1,6	4,0	10,4
	2 блюдо	492	Плов из птицы	150		340,8	15,3	19,0	27,4
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	200		98,1	0,7	0,3	20,2
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40		91,9	3,0	0,2	19,5
	хлеб черн.		Хлеб пеклеванный	30		59,4	1,9	0,3	12,3
Полдник	выпечка	738	Пирожок печеный с картофелем	100		229,8	6,6	3,1	42,4
	напиток	348	Компот из изюма	200		112,6	0,5	0,1	27,4
					31,83				

Директор МОУ Гимназия №1 Н.П. Цыбанев

