

Школа

ЛАГЕРЬ

Отд./корп

Дата 22.06.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		Помидоры свежие	30гр.	155,77	6,32	0,18	0,06	1,26
	2 блюдо	340	Омлет натуральный с маслом 180/5гр.	185гр.		373,43	19,83	31,12	3,51
	прочее		Вафли	35гр.		128,65	1,14	0,99	28,79
	напиток	685	Чай с сахаром	200гр.		61,42	0,20	0,05	15,04
Обед	салат	20	Салат из свежих огурцов и помидоров	60гр.		64,55	0,40	6,08	2,05
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с курицей и сметаной, зеленью	220гр.		140,89	5,41	9,91	7,53
	2 блюдо	Фирменное	Филе "Экзотика"	90гр.		148,32	18,71	6,47	3,82
	гарнир	520	Картофельное пюре	150гр.		161,14	3,59	5,15	25,10
	хлеб		Хлеб ржаной	32,5гр.		52,00	2,15		10,86
	хлеб		Хлеб пшеничный	20гр.		52,34	1,50	0,58	10,28
	напиток	701	Напиток яблочный	200гр.		92,20	0,11	0,11	22,69
Полдник	прочее		Мороженое	75гр.		231,40	3,70	15,00	20,40