Школа МБОУ "Гимназия №9" г. Симферополь Отд./корп Дата 25.05.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хол.закуска	70	Овощи натуральные солёные	30	4,26	3	0,26	0,03	0,51
	гор.блюдо	229	Рыба тушённая с овощами	65/50	53,14	139,6	12,8	6,3	4,9
	ггарнир	312	Каша вязкая рисовая	150	10,98	154,1	2,6	4,2	26,6
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,46	60	0,07	0,02	15
	хлеб	пр	Хлеб пшеничный	30	1,62	72,6	2,4	0,3	14,6
			Итого за прием пищи:	**525**	71,46	**429,3**			
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								