

3 день МКОУ "Благодаденская СОШ"										
№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Эн. ценность (ккал)				
			Б	Ж	У					
<b>завтрак</b>										
93	суп вермишелевый молочный	200	5,8	5,2	18,8	145,2				
	бутерброд с маслом	10	3,1	7,6	19,6	161,3				
1167	чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	15,0	61,3				
	хлеб пшеничный	80	6,1	0,7	37,4	170,9				
	всего		15,2	13,5	90,8	538,7				
<b>обед</b>										
133	винегрет овощной	60	1,3	2,3	6,5	52,2				
304	суп картофельный гороховый	250	4,3	4,5	15,6	120,5				
768	гуляш	100	15,6	17,8	3,8	135,0				
888	каша гречневая рассыпчатая	150	8,9	6,4	40,0	253,0				
1081	компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	25,2	103,2				
ТТК №1	булочка	50	3,9	6,6	34,5	197,0				
	хлеб ржаной	60	2,4	0,3	14,5	70,5				
	всего		36,9	38,0	140,1	931,4				
	ИТОГО		52,0	51,5	230,9	1470,1				