

Адрес: г. Иркутск, ул. Мухоморова, д. 10  
 Руководитель: Т.М. Воронина



Школа: Мушкетерская Отд./корп: 1 День: 21.09.20

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	464	Каша манная со сметаной	200	8	299,0	5,52	4,68	30,9
	гор.напиток	495	Чай с лимоном	200	0	1025	4,65	4,43	14,99
	хлеб	102	Хлеб пшеничный	50	2	1105	3,2	6,0	24,6
Завтрак 2			Мини зюльен	450	19	442,15	10,92	19,99	29,90
	Фрукты								
Обед	Напиток								
	закуска								
	1 блюдо	64	Суп куриный с овощами и картошкой	200	10	76	1,95	4	8,62
	2 блюдо	201	Картофель со сметаной	200	42	259,40	7,6	15,25	11,84
	гарнир	201	Минеральная вода	150	5	149,9	0,05	0,08	0,05
	соус	433	Пшеничный соус	50	0,50	22,8	0,53	0,25	0,45
	хлеб бел.	101	Хлеб пшеничный	50	2	110,5	3,4	6,4	24,6
	хлеб черн.	109	Хлеб пшеничный	50	2	87	3,3	6,6	16,70
	напиток	518	Сок	200	15	92	1	0,2	0,2
				Мини зюльен	450	19,5	407,6	11,71	23,92

Итого за день: 1240 90,50 1255,75 48,76 33,92 169,83

Зал. сметаной, сыр