

Школа

МАОУ СОШ №9

Отд./корп

День

13.10.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	Пудинг творож.с изюмом и соусом	160		253	23	16	36
	гор.напиток	378	Чай с молоком	200		65	1	2	16
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	40		105	4	0	23
	масло сл.								
Завтрак 2	фрукты	пр	Апельсин	100		53	1	0	8
					65,68				
Обед	закуска	54	С-т из огурцов и помидор с м/р	60		53	1	6	2
	1 блюдо	92	Щи из кв.капусты со смет.и мясом	250		137	3	7	16
	2 блюдо	265	Плов с мясом	260		381	17	8	30
	гарнир								
	сладкое	346	Компот из цитрусовых	200		95	4	4	20
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	20		69	2	0	15
			ИТОГО		100.00				