Школа	-			Отд./корп			День		24.01.2023г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска	54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	18	22,82	64,5	4,2	5,34	0
	Каша	173	Каша вязкая молочная из пшена и гречки	200	38,75	265,5	8	9,8	36,2
	Напиток	54-6гн	Чай со смородиной и сахаром	200	11,1	30,9	0,3	0,1	7,2
	Батон	ПР	Батон нарезной	40	5,33	104,7	3	1,2	20,6
Обед (дети 7-11) лет	1 блюдо	54-19с	Борщ с фасолью и сметаной	193	19,57	103,74	2,99	4,92	11,87
	Гарнир	54-10г	Картофель отварной в молоке	100	10,70	115,8	3	3,67	17,67
	2 блюдо	54-25м	Курица тушеная с морковью	70	35,56	88,48	9,87	4,06	3,08
	Напиток	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	9,67	81	0,5	0	19,8
	Хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,50	58,6	1,9	0,2	12,3
Обед (дети 12-18 лет)	1 блюдо	54-19с	Борщ с фасолью и сметаной	250	25,35	134,38	3,88	6,38	15,38
	Гарнир	54-10г	Картофель отварной в молоке	125	13,39	144,75	3,75	4,58	22,08
	2 блюдо	54-25м	Курица тушеная с морковью	74	37,59	93,54	10,43	4,29	3,26
	Напиток	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	9,67	81	0,5	0	19,8
	Хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,50	58,6	1,9	0,2	12,3
	Хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,50	48,9	1,7	0,3	9,9
Полдник	Напиток	54-1гн-2020(2)	Чай без сахара	200	1,18	1,4	0,2	0	0,1
	Выпечка	ПР	Вафли с жиросодержащими начинками	35	22,00	189,4	1,4	10,7	21,9
	Фрукт	ПР	Груша	96	23,50	43,68	0,38	0,29	9,89
Свободный выбор	1 блюдо	54-19с	Борщ с фасолью, сметаной	250	42,79	134,38	3,88	6,38	15,38
		190	с мясом отварным (говядина)	10		28,43	2,73	1,95	0