Школа	-			Отд./корп			День		11.01.2023г
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска	54-2з	Огурец в нарезке	55	25,02	5,78	0,37	0	1,01
	2 блюдо	188	Запеканка рисовая с творогом	150	34,43	265,74	8,24	6,51	42,74
	Напиток	54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	2,56	26,8	0,2	0	6,4
	Соус	ПР	Молоко сгущенное с сахаром	20	10,66	65,47	1,47	1,73	11,13
	Батон	ПР	Батон нарезной	40	5,33	104,7	3	1,2	20,6
обед (дети 7-11 лет)	1 блюдо	54-3з	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	174	21,48	109,19	4,18	5,05	11,83
	Гарнир	54-1г	Макаронные изделия отварные	100	11,56	131,2	3,53	3,27	21,87
	2 блюдо	54-3м	Голубцы ленивые	60	39,90	76,97	5,06	4,63	3,86
	Напиток	54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	2,56	26,8	0,2	0	6,4
	Хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,50	58,6	1,9	0,2	12,3
Обед (дети 12-18 лет)	1 блюдо	54-3з	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	241	29,66	151,23	5,78	6,99	16,39
	Гарнир	54-1г	Макаронные изделия отварные	120	13,88	157,44	4,24	3,92	26,24
	2 блюдо	54-3м	Голубцы ленивые	60	39,90	76,97	5,06	4,63	3,86
	Напиток	54-гн-2020	Чай с сахаром	200	2,56	26,8	0,2	0	6,4
	Хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,50	48,9	1,7	0,3	9,9
	Хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,50	58,6	1,9	0,2	12,3
Полдник	Выпечка	406,47	Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоками	100	23,62	277,5	5,8	5,6	51
	Напиток	ПР	Сок ананасовый	200	17,20	98,6	0,6	0,2	23,6
Свободный выбор	Салат	50	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	28,97	131,5	5,17	9	7,33
	1 блюдо	54-3з	Рассольник "Ленинградский"	250	48,24	156,88	6	7,25	17
		190	с мясом отварным (говядина)	10		28,43	2,73	1,95	0