Школа	-			Отд./корп			День	19.10.2023г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		ПР	Йогурт 2,5%	125	34,50	72,6	4,3	3,1	6,9
	Каша	54-6к	Каша вязкая молочная пшенная	207	31,15	284,52	8,59	10,45	44,56
	Напиток	54-21гн 20	Какао с молоком	200	20,35	100,4	4,7	3,5	12,5
	Батон	ПР	Батон	40	6,00	104,7	3	1,2	20,6
обед (дети 7-11 лет)	Салат	54-18з	Салат из свеклы с черносливом	39	7,16	71,44	0,57	2,13	5,04
	1 блюдо	54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	8,39	119,6	5,20	2,8	18,5
	Гарнир	54-7г	Рис припущенный	150	21,66	196,8	3,5	4,8	35
	2 блюдо	3	Биточки Нежные	50	33,71	127,9	7,5	8,8	4,7
	Соус	54-3 соус	Соус красный основной	50	5,49	35,3	1,6	1,2	4,5
	Напиток	54-32 хн	Компот из свежих яблок	200	13,09	41,6	0,2	0,1	9,9
	Хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,50	58,6	1,9	0,2	12,3
Обед (дети 12-18 лет)	Салат	54-18з	Салат из свеклы с черносливом	75	13,82	79,7	1,1	4,1	9,7
	1 блюдо	54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	10,49	149,5	6,5	3,5	23,13
	Гарнир	54-7г	Рис припущенный	176	25,40	230,91	4,11	5,63	41,07
	2 блюдо	3	Биточки Нежные	50	33,71	127,9	7,5	8,8	4,7
	Соус	54-3	Соус красный основной	50	5,49	35,3	1,6	1,2	4,5
	Напиток	54-32х	Компот из свежих яблок	200	13,09	41,6	0,2	0,1	9,9
	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	97,8	3,3	0,6	19,8
Полдник	Напиток	ПР	Сок апельсиновый	200	16,80	113	1,4	0,2	26,4
		ПР	Кекс	100	23,94	299,7	8,1	5,3	54,9
Свободный выбор	Салат	54-18 з	Салат из свеклы с черносливом	100	18,42	106,27	1,47	5,47	12,93
	1 блюдо	54-7 с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	30,44	149,5	6,5	3,5	23,13
		190	с мясом отварным (говядина)	10		28,43	2,73	1,95	0