Школа	-	Отд./корп		День	20.10.2022г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша	54-26к	Каша жидкая молочная рисовая	210	28,64	175,56	4,76	6,02	25,48
	Напиток	54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	15,53	86	3,9	2,9	11,2
	Батон	ПР	Батон нарезной	40	5,33	104,7	3	1,2	20,6
		ПР	Йогурт 2,5%	125	28,5	72,6	4,3	3,1	6,9
обед (дети 7-11 лет)	1 блюдо	54-6с	Суп картофельный с клецками	200	7,16	93,6	4,64	3,28	11,36
	Гарнир	54-11г	Картофельное пюре	124	17,92	115,24	2,56	4,38	16,37
	2 блюдо	54-5р	Котлета рыбная с морковью (горбуша)	50	37,76	82,71	8,86	4,14	2,5
	Напиток	54-32хн	Компот из свежих яблок	200	12,66	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	54-8з	Салат из б/к капусты с морковью	60	5,99	81,5	1	6,1	5,8
	Закуска	54-21з	Кукуруза сахарная	6	3,35	3,12	0,12	0,04	0,6
	1 блюдо	54-6с	Суп картофельный с клецками	250	8,96	117	5,8	4,1	14,2
	Гарнир	54-11г	Картофельное пюре	120	17,28	111,52	2,48	4,24	15,84
	2 блюдо	54-5р	Котлета рыбная с морковью (горбуша)	50	37,76	82,71	8,86	4,14	2,5
	Напиток	54-32хн	Компот из свежих яблок	200	12,66	41,6	0,2	0,1	9,9
	Хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,5	48,9	1,7	0,3	9,9
	Хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,5	58,6	1,9	0,2	12,3
Полдник	Напиток	54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	8,91	50,9	1,6	1,1	8,6
		ПР	Пряник мятный	100	22,5	360,5	5,5	6,5	70
Свободный выбор	1 блюдо	54-6с	Суп картофельный с клецками	250	27,12	117	5,8	4,1	14,2
		190	с мясом отварным (говядина)	10		28,43	2,73	1,95	0