Школа	-			Отд./корп			День	20.01.2023	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	392	Пельмени мясные отварные	136	67,45	264,72	11,31	17,72	15
	Напиток	54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	5,22	27,9	0,2	0,1	6,6
	Батон	ПР	Батон нарезной	40	5,33	104,7	3	1,2	20,6
обед (дети 7-11 лет)	1 блюдо	54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	18,86	92,2	4,7	5,6	5,7
	2 блюдо	54-22м	Рагу из курицы	41/93	42,61	145,63	14,07	4,69	11,76
	Напиток	54-13хн	Напиток из шиповника	200	14,03	65,4	0,6	0,2	15,1
	Хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,50	58,6	1,9	0,2	12,3
обед (дети 12-18 лет)	1 блюдо	54,1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	23,57	115,25	5,88	7	7,13
	2 блюдо	54-22м	Рагу из курицы	46/106	48,4	165,2	15,96	5,32	13,33
	Напиток	54-13хн	Напиток из шиповника	200	14,03	65,4	0,6	0,2	15,1
	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	Напиток	54-2гн-2020(2)	Чай с сахаром	200	2,56	26,8	0,2	0	6,4
	Выпечка	ПР	Слойка с яблоком	90	35	343,8	7,2	12,6	50,4
	Фрукт	ПР	Апельсин	100	21,80	37,8	0,9	0,2	8,1
Свободный выбор	1 блюдо	54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	41,00	115,25	5,88	7	7,13
		190	с мясом отварным (говядина)	10		28,43	2,73	1,95	0