Школа	-	Отд./корп		День	10.10.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Закуска	54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	35,94	107,5	7	8,9	0
	Каша	54-26 к	Каша жидкая молочная рисовая	200	24,68	167,20	4,6	5,8	24,3
	Напиток	54-6гн	Чай со смородиной и сахаром	200	12,8	30,9	0,3	0,1	7,2
	Батон	ПР	Батон нарезной	40	6,00	104,7	3	1,2	20,6
		ПР	Печенье	54	12,58	224,46	4,14	5,22	40,14
Обед	1 блюдо	54-2с	Борщ с капустой и картофелем со см	223	21,85	123,1	5,26	6,33	11,33
(дети 7-11 лет)	Гарнир	54-1г	Макароны отварные	150	13,64	196,8	5,3	4,9	32,8
	2 блюдо	261, 54-3 соус	Печень, тушенная в соусе	50/30	44,91	141,8	12,3	7,49	2,75
	Напиток	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	9,10	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)	Закуска	54-3з	Помидор в нарезке	39	9,8	8,32	0,45	0,06	1,49
	1 блюдо	54-2с	Борщ с капустой и картофелем со см	250	24,55	138	5,9	7,1	12,7
	Гарнир	54-1г	Макароны отварные	150	13,64	196,8	5,3	4,9	32,8
	2 блюдо	261,54-3 соус	Печень, тушенная в соусе	50/30	44,91	141,8	12,3	7,49	2,75
	Напиток	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	9,10	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	54-1 гн	Чай без сахара	200	0,62	1,4	0,2	0	0,1
	Фрукт	ПР	Груша	200	58,6	91	0,8	0,6	20,6
		ПР	Вафли	40	22,00	216,4	1,6	12,2	25.янв
Свободный выбор	1 блюдо	54-2с	Борщ с капустой и картофелем со см	250	44,5	138	5,9	7,1	12,7
		190	с мясом отварным (говядина)	10		28,43	2,73	1,95	0