Школа	-	Отд./корп		День	28.03.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша	303	Каша гречневая вязкая	143	17,52	138,71	4,37	4,78	19,56
	2 блюдо	ТУ	Котлета из говядины (московская)	50	36,81	147,6	9,1	8,7	8,2
	Соус	54-1	Соус сметанный	40	15,78	37,2	0,56	3,28	1,28
	Напиток	54-2гн	Чай с сахаром	200	2,56	26,8	0,2	0	6,4
	Батон	ПР	Батон нарезной	40	5,33	104,7	3	1,2	20,6
Обед (дети 7-11 лет)	1 блюдо	54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметной	200	19,34	110,40	4,7	5,7	10,1
	Гарнир	54-11г	Картофельное пюре	113	17,52	105,01	2,34	3,99	14,92
	2 блюдо	54-5м	Котлета из курицы	60	28,97	101,20	11,5	2,6	8
	Напиток	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	9,67	81,00	0,5	0	19,8
	Хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,5	58,60	1,9	0,2	12,3
Обед (дети 12-18 лет)	1 блюдо	54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	24,18	138	5,88	7,13	12,63
	Гарнир	54-11г	Картофельное пюре	149	23,18	138,47	3,08	5,26	19,67
	2 блюдо	54-5м	Котлета из курицы	60	28,97	101,2	11,5	2,6	8
	Напиток	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	9,67	81	0,5	0	19,8
	Хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,50	58,60	1,9	0,2	12,3
	Хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,50	48,90	1,70	0,3	9,9
Полдник		ПР	Печенье	32	8,92	133,01	2,45	3,09	23,79
	Фрукт	ПР	Яблоко	100	25,40	44,4	0,4	0,4	9,8
	Напиток	ПР	Снежок 2,5%	200	30,43	153	5,4	5	21,6
Свободный выбор	1 блюда	54-2с	Борщ с капусты с картофелем со сметаной	250	41,61	138	5,88	7,13	12,63
		190	и мясом отварным (говядина)	10		28,43	2,73	1,95	0