Школа	-			Отд./корп			День	12.10.2023г	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	54-3г	Макароны отварные с сыром	181	33,25	250,62	9,53	8,21	34,63
	Напиток	54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	18,25	86	3,9	2,9	11,2
	Батон	ПР	Батон нарезной	40	6	104,7	3	1,2	20,6
		ПР	Йогурт 2,5%	125	34,5	72,6	4,3	3,1	6,9
Обед (дети 7-11 лет)	1 блюдо	54-9с	Суп фасолевый	250	19,75	157,40	8,5	5,7	18
	2 блюдо	5	Котлета рыбная с морковью (горбуша)	50	36,42	120,2	11,1	6,3	4,9
	Гарнир	54-11г	Картофельное пюре	171	20,63	158,92	3,53	6,04	22,57
	Напиток	54-13хн	Напиток из шиповника	200	12,70	65,40	0,6	0,2	15,1
	Хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,5	58,60	1,9	0,2	12,3
Обед (дети 12-18 лет)	Закуска	54-5з	Салат из св. помидор и огурцов	70	15,07	43,68	0,7	3,57	2,17
	1 блюдо	54-9 с	Суп фасолевый	250	19,75	157,4	8,5	5,7	18
	2 блюдо	5	Котлета рыбная с морковью (горбуша)	50	36,42	120,2	11,1	6,3	4,9
	Гарнир	54-11г	Картофельное пюре	150	18,06	139,4	3,1	5,3	19,8
	Напиток	54-13 хл	Напиток из шиповника	200	12,70	65,40	0,6	0,2	15,1
	Хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,50	58,60	1,90	0,2	12,3
	Хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,50	48,9	1,7	0,3	9,9
Полдник	Напиток	54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	8,30	50,9	1,6	1,1	8,6
	Выпечка	ПР	Слойка с повидлом	78	33,00	297,96	6,24	10,92	43,68
Свободный выбор	Закуска	54-5з	Салат из св. помидор и огурцов	100	21,46	62,4	1	5,1	3,1
	1 блюдо	54-9 с	Суп фасолевый	250	39,71	157,4	8,5	5,7	18
		190	с мясом отварным (говядина)	10		28,43	2,73	1,95	0