Школа	-			Отд./корп			День	21.12.2023г	
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)	Закуска	54-2з	Огурец в нарезке	21	12,05	2,97	0,17	0,035	0,53
	1 блюдо	54-9с	Суп фасолевый	200	15,96	125,92	6,8	4,56	14,4
	2 блюдо	5	Котлета рыбная с морковью (горбуша)	50	36,42	120,20	11,1	6,3	4,9
	Гарнир	54-11г	Картофельное пюре	100	12,37	92,93	2,07	3,53	13,2
	Напиток	54-13хн	Напиток из шиповника	200	12,7	65,4	0,6	0,2	15,1
	Хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	25	2,50	58,60	1,9	0,2	12,3
Обед (дети 12-18 лет)	Закуска	54-2 з	Огурец в нарезке	32	18,09	4,53	0,27	0,05	0,8
	1 блюдо	54-9 с	Суп фасолевый	250	19,95	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	120	14,84	111,52	2,48	4,24	15,84
	Напиток	54-13 хн	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	8,70	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	1 блюдо	54-9 с	Суп фасолевый	250	39,90	157,4	8,5	5,7	18
		190	с мясом отварным (говядина)	10		28,43	2,73	1,95	0