Школа	МКОУ ШР "СОШ №5"	Отд./корп		День	06.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Салат из зеленого горошка с луком	60	6,59	60,0	1,5	2,0	12,0
	1 блюдо		Щи из свеж капуст, картоф, с курицей, сметан	200\20\12	18,14	266,7	1,96	6,34	11,0
	2 блюдо		Котлета мясная с томатным соусом	100\30	25,45	131,0	8,37	6,68	17,54
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	145\5	5,76	235,0	12,8	12,8	57,43
	сладкое		Печенье	42	3,76	168,0	2,85	4,86	18,85
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	44	3,03	102,87	2,28	0,1	5,9
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	3,38	114,95	2,6	1,73	12,03
			Компот из свежих яблок	200	5,89	208,2			46,0