

Школа

МКОУ ШР "СОШ №5"

Отд./корп

День

30.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Помидоры свежие порционные	37	5,17	11,10	0,12	0,02	0,01
	1 блюдо		Борщ из свеж капусты, картофель, с мясом	200\19\6	21,14	230,00	3,53	2,20	18,00
	2 блюдо		Курица отварная порционная с белым соусом	66\40	21,30	248,00	21,70	40,60	1,70
	гарнир		Каша пшенная рассыпчатая	150	3,75	204,00	6,15	5,70	31,43
	сладкое		Булка творожная	50	9,23	159,50	3,95	2,75	29,35
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	2,76	80,00	2,80	0,40	18,40
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	2,70	88,00	2,80	0,40	16,40
			Компот из свежих яблок	200	6,03	208,20			46,00