

Школа

МКОУ ШР "СОШ №5"

Отд./корп

День

11.10.2021

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	39	5,17	39,00	0,10	1,30	7,80
	1 блюдо		Щи из свежей капусты, картофель, с мясной консервацией	200\30\12	12,40	266,70	1,96	6,34	11,00
	2 блюдо		Голубцы ленивые в томатном соусе	62\30	14,22	122,00	8,30	6,50	7,70
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	145\5	6,12	235,00	12,80	12,80	57,43
	сладкое		Булка творожная	50	9,23	159,50	3,95	2,75	29,35
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	3,45	100,00	3,50	0,50	20,50
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	3,38	110,00	3,50	0,50	23,00
			Компот из сухофруктов	200	3,20	171,00	2,40	0,10	41,40