

Школа

МКОУ ШР "СОШ №5"

Отд./корп

День

26.10.2021

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 белокочанной капусты	60	4,93	16,00	0,69	0,11	4,32
	1 блюдо		Щи из св.капусты со сметаной и курицей	200\12\20	13,81	266,00	1,96	6,34	11,00
	2 блюдо		Курица отварная порционно	100	31,38	82,00	21,50	12,30	2,20
	гарнир		Макароны запеченные с сыром	145\5	10,06	311,00	18,26	14,35	19,83
	сладкое		Вафли	25	3,93	105,00	2,00	3,00	14,85
	хлеб бел.		Хлеб пшентчный	50	3,45	48,00	3,50	0,50	23,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	41	2,77	51,00	2,80	0,40	18,40
			Кисель плодово-ягодный	200	2,53	73,00	0,00	0,00	26,50