

Школа

МКОУ ШР "СОШ №5"

Отд./корп

День

10.01.2022

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	50	7,98	50,00	1,30	1,80	10,00
	1 блюдо		Суп гороховый с мясными консервами	200\30	7,70	180,00	9,15	5,00	42,28
	2 блюдо		Плов с говядиной	150\33	29,01	340,00	14,56	15,12	35,76
	гарнир								
	сладкое		Булочка с маком	70	12,05	133,00	2,80	8,40	30,10
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	2,92	100,00	3,50	0,50	20,50
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	2,87	110,00	3,50	0,50	23,00
			Сок фруктовый	200	6,17	83,00	0,10	0,00	10,58
			Вафли	21	3,30	102,90	1,31	1,96	9,12