

Школа

МКОУ ШР "СОШ №5"

Отд./корп

День

11.01.2022

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 кукурузы с луком	40	4,58	40,00	0,60	0,80	4,80
	1 блюдо		Щи из свеж капусты, картоф, с мясн консерв	200\30\12	16,14	266,70	1,96	6,34	11,00
	2 блюдо		Курица отварная порционная с бел соусом	70\40	23,18	263,00	21,70	40,60	1,70
	гарнир		Картофельное пюре	150	14,80	95,00	0,90	3,86	20,00
	сладкое								
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	2,34	100,00	1,40	0,20	8,20
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	2,29	110,00	1,40	0,20	9,20
			Компот из свежих груш	200	8,67	208,20	0,00	0,00	46,00