

Школа

МКОУ ШР "СОШ №5"

Отд./корп

День

06.10.2021

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 белокач капусты, моркови и кукуруз	60	5,81	85,00	1,50	3,15	1,50
	1 блюдо		Борщ из свеж капусты, картофель, с курицей	200\4\12	10,30	200,00	3,53	2,20	18,00
	2 блюдо		Рыба, тушеная в томате с овощами	90\50	39,06	184,00	20,20	9,50	4,60
	гарнир		Макароны отварные	150	5,08	168,30	5,50	4,50	26,45
	сладкое								
	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 кураги	200	4,92	104,00	0,60		17,40