

Школа

МКОУ ШР "СОШ №5"

Отд./корп

День

17.11.2021

| 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 кукурузы с луком | 30 | 4,53 | 30,00 | 0,75 | 1,00 | 6,00 |
| | 1 блюдо | | Щи из свеж капусты, картоф, с курицей | 200\15\13 | 15,78 | 266,70 | 1,96 | 6,34 | 11,00 |
| | 2 блюдо | | Курица отварная порционная с бел соусом | 70\40 | 21,89 | 263,00 | 21,70 | 40,60 | 1,70 |
| | гарнир | | Картофельное пюре | 150 | 10,75 | 95,00 | 0,90 | 3,86 | 20,00 |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 40 | 2,76 | 80,00 | 3,40 | 0,50 | 20,00 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 40 | 2,70 | 88,00 | 3,40 | 0,50 | 22,00 |
| | | | Компот из сухофруктов | 200 | 1,96 | 151,00 | 2,40 | 0,10 | 41,40 |
| | | | Мандарин | 96 | 11,63 | 36,48 | 0,80 | 0,20 | 7,50 |