

Школа

МКОУ ШР "СОШ №5"

Отд./корп

День

29.03.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Огурцы свежие порционные	27	4,41	3,24	0,22	0,02	0,05
	1 блюдо		Суп картофельный с рыбными консервами	180\13	13,86	200,00	3,50	4,50	23,00
	2 блюдо		Рыба, тушеная в томате с овощами	70\50	40,59	180,00	20,20	9,50	4,60
	гарнир		Каша пшенная рассыпчатая	150	4,45	204,00	6,15	5,70	31,43
	сладкое								
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	2,34	80,00	3,50	0,50	20,50
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	2,29	88,00	3,50	0,50	23,00
			Напиток из шиповника	200	4,06	10,60	0,00	0,00	7,69