Школа МКОУ ШИ Отд./корп День 2024-04-23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	2.03	Каша геркулесовая	200	14,27	235	8	11	27
	гор.напиток	1.06	Кофейный напиток	200	13,78	116	3	3	5
	хлеб	10.05	Хлеб пшеничный	25	1,51	59	2	1	12
		10.02	Бутерброд с маслом	35	5,05	96,00	2	5	13
		2.02	Омлет	100	19,30	345,00	19	28	4
Завтрак 2	фрукты	11.01	Яблоко	250	22,66	110	1	1	24
	напиток	1.016	Сок яблочный	200	9,82	92	1	0	20
Обед	закуска	4.02	Сельдь с луком	100	35,55	177	12	15	0
	1 блюдо	5.09	Свекольник со сметаной	310	9,30	171	4	7	24
	2 блюдо	6.014	Жаркое по-домашнему	220	75,20	265	28	7	22
	гарнир								
	сладкое	1.09	Компот из сухофруктов	200	5,83	114	0	1	28
	хлеб бел.	10.05	Хлеб пшеничный	50	3,02	117	4	1	24
	хлеб черн.	10.04	Хлеб ржаной	100	4,40	174	7	1	33