

Школа

МКОУ ШР "СОШ №5"

Отд./корп

День

02.12.2021

| 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 отварной свеклы и сыра           | 60        | 7,65  | 120,00       | 4,00  | 3,96  | 9,00     |
|            | 1 блюдо     |        | Борщ из капусты. Картоф, с мясом, со смет | 200\20\12 | 22,44 | 230,00       | 3,53  | 2,20  | 18,00    |
|            | 2 блюдо     |        | Котлета рыбная                            | 100       | 23,64 | 145,00       | 17,51 | 15,15 | 11,00    |
|            | гарнир      |        | Рис припущенный                           | 150       | 4,15  | 94,00        | 1,00  | 6,10  | 19,69    |
|            | сладкое     |        | Печенье                                   | 14        | 1,25  | 56,00        | 0,95  | 1,62  | 6,28     |
|            | 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 свежих яблок                    | 200       | 6,04  | 208,20       |       |       | 46,00    |