

Школа

МКОУ ШР НШДС №10

Отд./корп

День

10/5/2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№22	Каша гречневая рассыпчатая, котлета	187//80	33.25	406	23	18	37
	гор.напиток	№56	Чай с сахаром	200	1.12	53	0	0	14
	хлеб		Бутерброд с сыром	42//17	8.29	144	7	5	17
			Печенье	71	6.34	284	6	9	47
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	№95	Кукуруза консервированная отварная	20	3.64	10	0	0	2
	1 блюдо	№10	Борщ с капустой и картофилем	240//10	13.86	105	2	6	12
	2 блюдо	№28	Картофельное пюре	200	13.68	186	4	7	27
	гарнир	№45	Рыба припущенная	90	11.64	142	24	7	0
	сладкое	№66	Напиток лимонный	200	3.52	86	0	0	23
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	49	3.32	108	3	0	23
			Груша	200	22.34	92	1	1	21