Школа	МКОУ ШР НШДС №10	Отд./корп		День	10/13/2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№25	Макаронные изделия отварные голубец ленивый	155\130	30.06	511	16	21	53
	гор.напиток	№66	Чай с сахаром и лимоном	200	2.11	86	0	0	23
	хлеб		Пшеничный	51	3.56	102	4	1	21
			Печенье	24	2.50	96	2	3	16
Завтрак 2	фрукты	№116	Груша	91	10.77	42	0	0	9
Обед	закуска	№95	Помидор свежий	26	4.12	4	0	0	1
	1 блюдо	№1	Рассольник Лнинградский	240\10	14.94	126	2	6	16
	2 блюдо	№29	Картофель отварной с маслом	150	10.46	126	3	3	21
	гарнир	№45	Рыба припущенная	90	35.89	142	21	6	0
	сладкое	№64	Компот из сухофруктов	200	3.03	171	2	0	41
	хлеб бел.		Пшеничный	51	3.56	102	4	1	21
	хлеб черн.								