

Школа

МКОУ ШР НШДС №10

Отд./корп

День

10/20/2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№18	Каша рисовая рассыпчатая, фрикадельки	178//80	33.60	374	15	17	48
	гор.напиток	№56	Чай с сахаром	200	1.13	53	0	0	14
	хлеб		Бутерброд с сыром	42\17	8.29	94\60	6	1	47
			Вафли	38	5.98	186	2	9	25
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	№10	Борщ с капустой и картофелем, сметана	240//10	14.85	105	2	6	12
	2 блюдо	№29	Картофель отварной с маслом	150	10.46	126	3	3	21
	гарнир	№45	Рыба припущенная	90	35.21	142	21	6	0
	сладкое		Сок фруктовый	207	6.25	93	0	0	21
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	52	3.50	114	4	1	24
			Печенье	19	1.73	76	6	2	13