

Школа

МКОУ ШР НШДС №10

Отд./корп

День

10/27/2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№18	Каша рисовая рассыпчатая, котлета куриная	178\110	32.96	483	20	27	39
	гор.напиток	№56	Чай с сахаром	200	1.13	53	0	0	14
	хлеб		Пшеничный	45	3.13	90	3	0	18
		№90	Яйцо отварное	52	5.96	63	5	5	0
			Вафли	37	5.82	181	2	9	25
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	№81	Салат из свеклы с растительным маслом	58	5.23	55	5	4	3
	1 блюдо	№7	Суп картофельный с макаронными изделиями	235\15	11.34	111	3	3	19
	2 блюдо	№33	Рагу овощное с мясом птицы	200	31.61	250	17	19	15
	гарнир	№64	Компот из кураги	200	4.41	171	2	0	41
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Ржаной	54	3.64	119	4	1	25
		№116	Яблоко	81	8.34	36	0	0	8
		Сыр	24	7.43	85	6	6	2	