Школа	МКОУ ШР НШДС №10	Отд./корп		День	11/15/2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№21	Каша гречневая рассыпчатая, голубец ленивый	187\64	20.24	239\198	10	14	42
	гор.напиток	№56	Чай с сахаром	200	1.13	53	0	0	14
	хлеб		Пшеничный	50	3.45	100	4	1	21
			Пряник	61	6.78	225	4	3	46
Завтрак 2	фрукты		Яблоко	169	17.40	74	1	1	17
Обед	закуска	№94	Горошек консервированный отварной	27	4.59	9	1	0	1
	1 блюдо	№6	Суп картофельный с крупой	240\10	12.08	113	3	3	19
	2 блюдо	№25	Макаронные изделия отварные	150\5	4.42	196	5	4	33
	гарнир	№75	Соус томатный, котлета	40\80	22.84	27\202	12	19	3
	сладкое	№64	Компот из чернослива	200	6.84	171	2	0	41
	хлеб бел.		Пшеничный	51	3.44	112	4	1	23
	хлеб черн.		Мандарин	147	17.79	67	1	0	11