Школа МБОУ СОШ №13 Отд./корп День 02.06.2021

рием пиш	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	алорийност	Белки	Жиры	Углеводы
			запеканка творожная со сгущенным					
Завтрак	гор.блюдо	223	молоком	240	304,03	23,70	25,86	42,16
	гор.напито	376	чай с сахаром	200	61,62	0,07	0,01	15,31
	хлеб	пром	хлеб пшеничный	50	117,50	3,80	0,40	24,60
	хлеб	пром	хлеб ржаной	25	50,25	1,70	0,33	9,95
		пром	кондитерское изделие	25	85,25	0,58	2,09	6,81
		пром	масло сливочное	10	77,00	0,01	8,30	0,06
Завтрак 2								
Обед	закуска	71	помидор свежий	100	64,66	0,67	2,66	1,71
	1 блюдо	48	суп лапша домашняя	300	158,40	3,00	7,08	19,20
	2 блюдо	233	рыба, запеченная под соусом	120	186,00	18,34	16,61	37,00
	гарнир	128	пюре картофельное	200	218,00	4,20	9,17	29,20
	хлеб бел.	пром.	хлеб пшеничный	70	185,50	5,32	0,56	34,31
	хлеб черн.	пром.	хлеб ржаной	50	100,50	3,40	0,65	19,90
	гор.напитс	343	компот из свежих плодов и ягод (вит С)	200	113,79	0,56		27,89