Школа МБОУ СОШ №13 Отд./корп День 03.06.2021г

рием пиш	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	алорийност	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	каша манная молочная	250	184,79	5,77	9,67	18,34
	гор.напитс	379	кофейный напиток с молоком	200	,			·
	хлеб	пром	хлеб пшеничный	50	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			
	хлеб	пром	хлеб ржаной	25	50,25	1,70		
		209	яйцо отварное	40	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	5,08		
		пром	кисломолочный напиток	180	101,27	5,04	5,74	7,31
Завтрак 2	фрукты	пром.	фрукты свежие (по сезону)	100	55,50	0,50	0,50	12,25
Обед	закуска	71	огурец свежий	100	64,66	0,67	2,66	1,71
	1 блюдо	116	суп с крупой и с томатом	300	117,90	2,20	5,20	15,58
	2 блюдо	160	голубцы ленивые	100	154,89	8,33	8,50	6,26
			каша ячневая со сливочным					
	гарнир	297	маслом	200	231,00	4,65	9,15	30,90
	хлеб бел.	пром.	хлеб пшеничный	70	185,50	5,32	0,56	34,31
	хлеб черн.	пром.	хлеб ржаной	50	,		-	
	гор.напито	389	сок (нектар) фруктовый	200	85,90	1,00	0,20	20,20