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

рием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	алорийност	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	омлет натуральный запеченный	200	246,67	20,13	25,60	3,71
	гор.напито	379	чай с лимоном	200	60,54	0,08	0,05	14,28
	хлеб	пром	хлеб пшеничный	50	117,50	3,80	0,40	24,60
	хлеб	пром	хлеб ржаной	25	60,54	1,70	0,33	9,95
		72/1	горошек зеленый консервиров.	100	11,50	5,60	4,16	12,80
		пром	фрукты свежие (по сезону)	100	55,50	0,50	0,50	12,25
Завтрак 2	фрукты	421	сдоба	50	170,50	1,56	3,75	16,35
Обед	закуска	71	помидор свежий	100	64,66	0,67	2,66	1,71
	1 блюдо	96	рассольник ленинградский	300	161,02	23,92	20,65	51,30
	2 блюдо	268	котлета мясная	100	205,30	17,90	7,90	16,00
	гарнир	139	капуста тушенная	200	195,60	5,24	6,45	26,89
	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.напито	343	компот из свежих плодов и ягод (вит С)	200	113,79	0,56		27,89