Школа МБОУ СОШ №13 Отд./корп День 08.06.2021г

рием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	алорийност	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	177	каша молочная "Боярская" с изюмом	250	215,00	5,37	6,01	22,11
	гор.напито	377	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
		пром.	фрукты свежие (по сезону)	100	55,50	0,50	0,50	12,25
		пром.	масло сливочное порционное	10	77,00	0,01	8,30	0,06
Завтрак 2	фрукты							
Обед	закуска	71	помидор свежий	100	71,00	0,67	2,66	1,71
	1 блюдо	118	суп картофельный с клецками	300	178,90	4,02	5,90	21,17
	2 блюдо	229	рыба тушенная в томате с овощами	140	251,80	22,68	12,65	11,79
	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.напито	343	компот из свежих плодов и ягод (вит С)	200	113,79	0,56		27,89