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

рием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	177	каша молочная "Боярская" с изюмом	200	189,20	0,01	8,30	0,06
	гор.напитс	377	чай с лимоном	200	60,54	0,08	0,05	14,28
	хлеб	пром	хлеб пшеничный	40	94,00	3,04	0,32	19,68
	хлеб	пром	хлеб ржаной	20	40,20	1,36	0,26	7,96
	фрукты	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								
Обед	закуска	71	помидор свежий	60	38,80	0,40	1,60	1,03
	1 блюдо	118	суп картофельный с клецками	250	149,08	3,35	4,92	17,64
	2 блюдо	229	рыба тушенная в томате с овощами	120	215,83	19,44	10,84	10,11
	гарнир	128	пюре картофельное	150	163,50	3,15	6,88	21,90
	хлеб бел.	пром.	хлеб пшеничный	50	117,50	3,80	0,40	24,60
	хлеб черн.	пром.	хлеб ржаной	30	60,30	2,04	0,39	11,94
	гор.напитс	343	компот из свежих плодов и ягод (вит С)	200	113,79	0,56		27,89