Школа МБОУ СОШ №13 Отд./корп День 09.06.2021г

рием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	177	каша манная молочная	200	189,20	4,73	5,29	19,46
	гор.напитс	379	кофейный напиток с молоком	200	115,00	3,00	2,00	23,00
	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.	масло сливочное порционое	10	77,00	0,01	8,30	0,06
		421	сдоба	50	170,50	1,56	3,75	16,35
Завтрак 2	фрукты							
Обед	закуска	71	огурец свежий	60	38,80	0,40	1,60	1,03
	1 блюдо	86	свекольник	250	89,88	3,27	3,88	10,75
	2 блюдо	290	птица тушенная в соусе	100	148,20	13,26	15,60	0,20
	гарнир	303	гарнир пшеничный	150	189,98	2,18	1,73	14,93
	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	389	сок (нектар) фруктовый	200	85,90	1,00	0,20	20,20

СОК
ЯБЛОЧНЫЙ