«Утверждаю»
М.А. Полыгалова
« 5 » «декабря» 2024 г.

Школа МБОУ СОШ с. Дубовый Мыс Отд./корп 7-11 День 4-й

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	холодные закуски	11	бутерброд с горячим сыром	30	14-55	94	4	9	17
	крупы	179	каша жидкая молочная из пшеничной крупы	200	20-35	208	9	8	32
	напитки	9	чай сладкий с лимоном	180	3-80	32	0	0	7
	хлеб	123	хлеб пшеничный	20	1-55	46	2	0	8
Обед	салат	53	салат из свеклы с зеленым горошком	60	16-10	46	1	3	5
	1 блюдо	77	суп картофельный на бульоне из птицы (отв.мясо птицы)	215	22-50	82	2	2	7
	блюдо из рыбы	241	котлеты рыбные любительские (кета, соус молочный)	120	45-85	249	6	17	6
	гарнир	144	рагу из овощей с кашей	150	29-55	201	3	11	20
	напиток	5	компот из свежемороженых ягод (смородина)	180	14-45	29	0	0	6
	хлеб	123	хлеб пшеничный	34	2-60	78	3	0	17
	хлеб	34	хлеб ржаной	40	3-90	70	3	1	13
	фрукты	338	груши	100	60-00	46	0	0	10