

Школа МБОУ "Приреченская СОШ" Отд./корп 12-18 лет День 5 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	17	Макаронные изделия отварные с овощами	180	16,19	214	6	7	33
	гор.напиток	29	Чай с сахаром	200	3,80	57	0	0	15
	хлеб	Г	Хлеб пшеничный	40	3,11	83	3	1	15
	гор блюдо.	15	Котлеты из птицы	100	46,70	242	11	15	15
		16	Соус красный основной	30	2,16	20	0	1	2
Завтрак 2	фрукты			550	71,96	616	20	24	80
Обед	закуска	41	Сельдь с луком репчатым и зеленым горошком	100	35,69	198	8	17	3
	1 блюдо	42	Щи с тушенкой, со сметаной	250	28,25	94	4	5	9
	2 блюдо	7	Картофельное пюре	180	15,81	165	4	6	17
	гарнир	11	Тефтели	100	40,40	202	9	13	11
	сладкое	8	Сок	200	23,60	75	1	0	20
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,33	62	2	0	12
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30	2,33	60	1	0	13
	3 блюдо								
					890	148,41	856	29	41