

Школа **МКОУ "Красноборская СОШ"** Отд./корп **основной** День **5/18/2021**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	184*	Каша вязкаягеркулесовая с маслом сливочным	200\5	9.00	220	8	9	27
	гор.напиток	432*	Кофейный напиток	200	6.00	107	2	1	22
	хлеб	к/к	Батон обогащенный	50	3.00	131	4	2	26
		213*	Яйцо варенное	40	10.00	63	5	5	0
Завтрак 2	фрукты	к/к	Фрукты сезонные	90	12.00	78	1	0	10
					40.00				
Обед	закуска	7,36*	Свекла отварная с растыительным маслом	100	3.00	112	1	5	7
	1 блюдо	84*	Щи из свежейц капусты с картофелем, говядиной и сметаной	250\10\10	20.00	143	6	9	8
	2 блюдо	311*	Плов из птицы(филе)	200	40.00	478	23	23	48
	гарнир								
	сладкое	402*	Компот из сухофруктов с витамином "С"	200	3.00	176	1	0	46
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный	70	2.00	137	5	1	28
					68.00				