Школа	МКОУ "Красноборская СОШ"	Отд./корп		День	5/19/2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	190*	1.Каша из пшена и риса молочная	150/5		218.53	4.80	7.30	41.70
	гор.напиток	213*	2.Яйцо вареное	40		63.00	5.10	4.60	0.30
	хлеб	432*	3.Кофейный напиток	200		107.00	1.50	1.30	22.30
		к/к	4.Батон обогащенный	40		94.40	3.16	0.40	19.30
		к/к	5.Фрукты свежие	100		43.00	0.90	0.20	8.10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	к/к	1.Огурец свежий	100		9.00	0.50	0.20	1.50
	1 блюдо	95*	2.Суп из овощей со сметаной	200/5		160.68	10.90	15.50	160.68
	2 блюдо	316/366*	3.Котлеты рубленные из кур	80/50		343.00	14.80	24.60	10.20
	гарнир	325*	4.Рис отварной	180		256.30	5.60	7.30	48.20
	сладкое	402*	5.Компот из сухофруктов с витамином С	200		131.00	0.60	0.10	35.70
	хлеб бел.	к/к	6.Хлеб ржано-пшеничный	50		97.80	3.30	0.60	19.80
	хлеб черн.								