

Школа

МАОУ СОШ №21

Отд./корп

День

08.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	265	Творог с яблоком	240	44,11	14,20	13,00	40,20	346,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	2,34	0,2	0,1	15	60
	хлеб		Батончик порционный	30	2,85	1,95	0,6	13,8	69
			Медовик	30	5,6	2,4	3,3	16,8	106,50
Завтрак 2	фрукты				51,9			581,50	
Обед	закуска	131	Крошка ржаная	60	12,12	1,80	0,10	7,70	43,80
	1 блюдо		Суп с макаронами томат.	200	10,8	9,08	4,14	13,85	121,80
	2 блюдо		Котлета куриная с соусом	2050	13,49	9,60	11,50	12,20	193,00
	гарнир		Картофель отварной	150	8,51	2,9	4,7	33,6	145
	сладкое		Кремлевский сыр с фруктами	200	5,88	0,6	0,1	3,12	131
	хлеб бел.		Хлеб бел.	30	1,45	2,4	0,5	1,2	66
	хлеб черн.		Хлеб черн.	30	1,65	3,2	1,4	13,1	82,2
					51,9			13,1	82,2