

Школа

МКОУ Жаровская основная школа

Отд./корп

День

18.12.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		N 1	бутерброд с мясом	30/20	14,40	68	1,18	3,74	7,44
		N 304	сосиска отварная	50	9,30	242,15	8,69	22,84	1,80
		N 312	картофельное пюре	200	10,84	184,8	4,12	6,4	27,4
		N 175	каша пшеничная	200	9,91	128,90	2,50	5,41	18,49
		N 7	мол. пшеничный	30	2,83	40	2,36	0,3	14,49
Обед		433	чай с сахаром	200	1,91	57	0,20	0,05	15,01
		N 20	салат с огурцов	100	10,43	64,65	0,67	6,09	1,81
		N 82	борщ с укроп и сметана	250	10,99	10,8	1,8	4,92	10,93
		N 312	пюре картофельное	200	10,84	184,8	4,12	6,4	27,4
		N 231	рыба жареная	60	8,88	124,5	9,72	7,68	5,18
		N 342	котлет с яблок	200	1,51	114,6	0,16	0,16	27,88
		N 7	мол. пшеничный	30	2,83	40	2,36	0,3	14,49
		N 7	мол. рисовой	30	1,75	66	1,4	0,3	13,38
		—	йогурт	100					