

Школа

МКОУ Жаровская основная школа

Отд./корп

День

16.12.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№ 8	булгур с салом	30/20	13,43	335,49	16	1,0	40
		№ 175	каша, дружба	200	11,45	244,6	5,79	10,64	31,88
		№ 433	чай с сахаром	200	1,91	58	0,20	0,05	15,01
		—	сметан	200	35	79	3,0	2,5	11,0
			мисо мисениппи	30	2,83	40	2,36	0,3	14,49
Обед									
		№ 23	салат курица, капуста	100	10,91	78,56	1,11	6,18	4,62
		№ 82	борщ с курицей и аджикой	230	10,49	10,8	1,8	4,92	10,93
		№ 418	рис отварной	100	8,92	752	2,54	4,08	25,74
		№ 6	кабачки отварные	30	8,76	328,52	17,64	14,05	41,14
		№ 342	картофель отварной	200	1,51	114,6	0,16	0,16	27,88
		№ 7	мисо мисениппи	30	2,83	40	2,36	0,3	14,49
		№ 7	мисо мисениппи	30	1,75	66	1,4	0,3	13,38