Школа МКОУ Жаровская основная школа Отд./корп День 12.11.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		N 8	бутерброд с сыром	30/20	12,71	335,49	16	1,0	70,0
		N 210	омлет с маслом	150	31,93	231,8	11,1	19,8	2,08
		N 433	чай с сахаром	200	1,87	57	0,20	0,05	15,01
		ПТ	хлеб пшеничный	30	2,83	70	2,36	0,3	14,49
Обед		N 12	огурец порционный	50	7,25	7	0,40	0,05	1,30
		N 121	суп с рисом и курой	250	10,31	121	2,14	4,48	17,46
		N 312	пюре картофельное	200	5,78	184,8	4,12	6,4	27,4
		N 231	рыба жаренная	60	10,11	127,5	9,72	7,68	5,18
		N 342	компот из яблок	200	1,51	114,6	0,16	0,16	27,88
		ПТ	хлеб пшеничный	30	2,83	70	2,36	0,3	14,49
		ПТ	хлеб ржаной	30	1,75	66	1,4	0,3	13,38