

Школа	МКОУ Жаровская основная школа	Отд./корп	День	14.09.2022
-------	-------------------------------	-----------	------	------------

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№ 1	булгур с маслом	30/20	13,17	68	1,11	3,44	14,44
		№ 141	чечевица раскатанная	150	15,91	262,5	8,3	8,9	33,35
		№ 6	кашася отварная	30	10,14	378,52	17,64	14,05	41,14
		№ 145	кашася рисовая	220	16,92	128,50	2,46	5,11	18,49
		№ 349	какао	200	8,92	100,6	3,16	2,64	45,94
		№ 7	мисл пшеничный	30	3,17	40	2,36	0,3	13,58
		№ 146	бананы	30	6,14	64	0,4	0,3	13,36
Обед		№ 20	салат и/о огурцов	100	0,89	64,65	0,64	6,09	1,81
		№ 105	раскатанный с супом каша	250	10,81	744	6,71	6,31	14,29
		№ 141	чечевица раскатанная	150	15,91	262,5	8,3	8,9	33,35
		№ 6	кашася отварная	30	10,14	378,52	17,64	14,05	41,14
		№ 342	кашася и/о яблок	200	2,11	114,6	0,16	0,16	24,88
		№ 7	мисл пшеничный	30	3,17	40	2,36	0,3	14,49
		№ 7	мисл рисовой	30	1,95	66	1,4	0,3	13,38