Школа МКОУ Жаровская основная школа Отд./корп День 10.12.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		N 6	бутерброд с колбасой	30/20	6.95	378	17.64	17.05	41.17
		N 173	каша пшенная	200	9.59	358	9.04	13.44	50.14
		ПТ	хлеб пшеничный	30	2.83	70	2.36	0,3	14.49
		N 433	чай с сахаром	200	1.83	57	0,20	0,05	15.01
Обед		N 45	салат из капусты	100	1,54	60,4	1,31	3,24	6.46
		N 312	пюре картофельное	200	15.91	184.8	4.12	6.4	27.4
		—	котлета рыбная	100	20.67	160	12	6	15
		N 231	рыба жареная	65	17.54	127.5	9.72	7.68	5,18
		N 342	чай с сахаром	200	1.83	57	0,20	0,05	15,01
		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