

Школа

МКОУ Жаровская основная школа

Отд./корп

День

9.12.21

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	40
		N 223	запеканка со сметаной	150	32,12	189	10,23	7,74	19,6
		N 433	чай с сахаром	200	2,82	57	0,20	0,05	15,01
		НТ	чай питьевой	30	2,83	40	2,36	0,3	14,49
Обед									
		N 20	салат из огурцов	100	10,22	64,65	0,64	6,09	1,81
		N 102	суп гороховый с курицей	280	10,25	552,3	7,8	48	15,94
		N 321	капустяк тушеный	150	21,02	150,2	3,1	6,44	18,85
		—	котлета мясная	80	15,69	131	10,9	8,2	3,3
		N 342	котлетки из мяса	200	1,57	114,6	0,16	0,16	27,88
		НТ	чай питьевой	30	2,83	40	2,36	0,3	14,49
		НТ	чай ржаной	30	1,45	66	1,4	0,3	13,38
			пюре	200	34	117	3,0	6,0	12,8