

Школа

МБОУ Биритская СОШ

Отд./корп

2

День

28.10.21 г.

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 120 | каша ячневая на молоке | 250 | 22,70 | 279 | 8 | 12 | 34 |
| | гор.напиток | 191 | какао на молоке | 200 | 22,80 | 135 | 4 | 4 | 23 |
| | хлеб | 2** | бутерброд с маслом | 60 | 10,50 | 276 | 5 | 15 | 30 |
| | | | | | 56,00 | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 3 | салат из свежей капусты | 100 | 10,97 | 84 | 2 | 5 | 9 |
| | 1 блюдо | 48 | суп уха из рыбных консерв | 250 | 22,01 | 125 | 11 | 5 | 17 |
| | 2 блюдо | 66 | котлета мясная | 70 | 22,53 | 218 | 15 | 12 | 13 |
| | гарнир | 115 | каша пшенная | 230 | 12,66 | 313 | 9 | 9 | 48 |
| | сладкое | | сок фруктовый | 200 | 11,50 | 90 | 0 | 0 | 22 |
| | хлеб бел. | 1 | хлеб | 100 | 3,33 | 269 | 10 | 10 | 32 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | 83,00 | | | | |