

Школа

МБОУ Биритская СОШ

Отд./корп

2

День

16.11.21 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	44	суп с макаронными изделиями на молоке	250	28,13	182	6	7	24
	гор.напиток	184	чай с сахаром	200	6,20	53	0	0	4
	хлеб	1	хлеб	50	1,67	133	16	24	53
		181	йогурт	100	20,00	91	6	0	16
					56,00				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	48	суп уха с крупой	250	20,01	125	11	5	17
	2 блюдо	54	рыба тушеная , под овощами	100	25,86	209	21	11	5
	гарнир	92	отварной картофель с маслом	230	17,47	210	5	5	35
	сладкое	184	чай с сахаром	200	6,20	53	0	0	4
	хлеб бел.	1	хлеб	100	3,33	269	10	10	32
	фрукты		яблоки	100	10,13	52	0	1	11
					83,00				