



/Канунников.А.С.

МБОУ "Городокотельниковская СОШ"

Отд./корп

12-17

День 10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	32	каша молочная "Дружба"	205	13,13	185,6	5,1	5,1	31,8
	гор.напиток	376	чай с сахаром	200/15	4,20	61,3	212,5	0,1	15,0
	хлеб	480	хлеб пшеничный с сыром	60\10	12,67	61,3	212,5	0,8	46,7
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	133	винегрет овощной	100		52	1	2	7
	1 блюдо	317	Суп картофельный с рисом и фрикадельками	250/50	15.02	108	3	2	19
	2 блюдо	416	Котлета	100	33.23	161	13	8	10
	гарнир	309	Макароны отварные	180	8.23	208	5	8	30
	сладкое	382	Какао с молоком	200	19.02	154	4	4	26
	хлеб бел.	480	Хлеб пшеничный	60		128	5	1	29
	хлеб черн.	481	Хлеб "Сила"	60	4.50	71	3	1	15
	фрукты								
	сладкое								