Утверждаю
директор школы _____/Канунников.А.С.

МБОУ "Полукотельниковская СОШ" Отд./корп 12-17 День 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185	Каша молочная геркулесовая	205	10.8	160.7	3.9	8.2	17.5
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	4,20	61,3	0,2	0,1	15,0
	хлеб	480	Батон с маслом	80/15	15,00	223,5	8,2	0,9	46,7
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	51	Винегрет овощной	100	1.08	94.8	1	5	5
	1 блюдо	96	рассольник со сметаной	250/10	12,80	123.9	3	4	23
	2 блюдо	401	гуляш	125	37.02	135	19	19	32
	гарнир	302	каша гречневая рассыпчатая	200	13.4	162.5	5.8	4.1	25.8
	сладкое	349	Компот из сухофруктов	200	5.2	103.2	0.6	0.0	25.2
	хлеб бел.	481	Хлеб пшеничный	40	6	85.0	3.0	0.3	18.7
	хлеб черн.	481	Хлеб "Сила"	60	4,50	71	3	1	15
	сладкое								
	фрукты								