Школа МБОУ"Полукотельниковская СОШ" Отд./корп 12-17 День 4д

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 390 | каша манная молочная | 205 | 11,20 | 157,0 | 5,1 | 4,6 | 03 |
| | гор.напиток | 376 | чай с сахаром | 215 | 4,20 | 61,3 | 0,2 | 0,1 | 15.0 |
| | хлеб | 480 | батон с маслом | 75/15 | 14,60 | 220,5 | 8,1 | 09 | 46,7 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 45 | салат из белокачанной капусты | 100 | 4,00 | 49 | 1 ,1 | 3 ,4 | 3 ,2 |
| | 1 блюдо | 103 | суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 10,80 | 104 ,8 | 2 ,7 | 2 ,8 | 17 ,1 |
| | 2 блюдо | 143 | котлета рыбная | 100 | 16 ,79 | 141 ,0 | 9 ,4 | 6 ,3 | 10 ,9 |
| | гарнир | 694 | пюре картофельное | 200 | 10 ,45 | 183 ,0 | 4 ,1 | 6 ,4 | 27 |
| | сладкое | 10011 | кисель витаминизированный | 200 | 10 ,02 | 72 ,0 | 0 ,0 | 0 ,0 | 14 ,0 |
| | хлеб бел. | 481 | батон с маслом | 40 /15 | 7 ,88 | 85 ,0 | 3 ,0 | 0 ,3 | 18 ,7 |
| | хлеб черн. | 480 | хлеб | 40 | 3,84 | 71 ,0 | 2 ,8 | 0 ,5 | 14 ,6 |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |