



/Канунников А.С.

МБОУ "Полукотельниковская СОШ"

Отд./корп

12-17

День 9

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	390	Каша молочная манная	205	11.20	157	5.1	4.6	0.3
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	4.20	61.3	0.2	0.1	15.0
	хлеб	480	Батон с маслом	80\17	14.60	220.5	8.1	0.9	46.7
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54	Икра свекольная	100		114	2.3	5.8	12.3
	1 блюдо	110	Суп из овощей с фасолью и сметаной	260	10,50	104	2,7	2,8	17
	2 блюдо	143	Котлета рыбная	100	26,5	141	9,4	6,3	10,9
	гарнир	694	Картофельное пюре	200	12,67	183	4,1	6,4	27
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5.2	72	0	0	15
	хлеб бел.	481	Хлеб пшеничный	40	6.0	85	3	1	18,7
	хлеб черн.	481	Хлеб "Сила"	60	4.50	71	2.8	0.5	14.6
	✓	338	Яблоко	100	14.63	88.0	0.0	0.8	19.6