

М. с. *директор А. А. Мухоморов*

Школа

МБОУ "Полукотельниковская СОШ"

Отд./корп 12-17

День 3 д 3.02.20

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	185	каша манная тертая	205	10,80	160,7	3,9	2,2	17,5	
	гор.напиток	376	чай с сахаром	215	4,20	61,3	0,2	0,1	15,0	
	хлеб	480	батон с маком	20/15	15,00	223,5	8,2	0,9	46,7	
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска	67	винегрет овощной	100	1,00	108	94,8	1,4	6,2	8,4
	1 блюдо	96	рассольник ленинградский со сметаной	260	12,8	123,9	2,7	7,2	13,4	
	2 блюдо	401	гуляш	125	34,02	135,0	13,9	6,7	4,5	
	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.	480	батон	40	6	85,0	3,0	0,3	18,7	
	хлеб черн.	481	хлеб	60	4,50	71,0	2,8	0,5	14,6	
	фрукты									

Обед	закуска	67	винегрет овощной	100	1,00	108	94,8	1,4	6,2	8,4
	1 блюдо	96	рассольник ленинградский со сметаной	260	12,8	123,9	2,7	7,2	13,4	
	2 блюдо	401	гуляш	125	34,02	135,0	13,9	6,7	4,5	
	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.	480	батон	40	6	85,0	3,0	0,3	18,7	
	хлеб черн.	481	хлеб	60	4,50	71,0	2,8	0,5	14,6	
	фрукты									
Завтрак 2	фрукты									
Завтрак	гор.блюдо	185	каша манная тертая	205	10,80	160,7	3,9	2,2	17,5	
	гор.напиток	376	чай с сахаром	215	4,20	61,3	0,2	0,1	15,0	
	хлеб	480	батон с маком	20/15	15,00	223,5	8,2	0,9	46,7	

Школа МБОУ "Полукотельниковская СОШ" Отд./корп 12-17 День 3 д 3.02.20