Утверждаю
И.о директора Заикина М.С

Школа: МБОУ"Полукотельниковская СОШ" | Отд./корп: 12-17 лет | День: 69

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	185	каша молочная геркулес	205	10,8	160,7	3,9	8,2	17,5
	гор.напиток	376	чай с сахаром	215	4,2	61,3	0,2	0,1	15,0
	хлеб	480	батон с маслом	80/15	15,00	223,5	8,2	8,9	46,7
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	67	винегрет овощной	100		69 ,5	1 ,6	3 ,0	8 ,6
	1 блюдо	88	щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	260	12,03	83 ,7	2 ,2	4 ,6	8 ,6
	2 блюдо	416	котлета	100	30,27	191 ,3	12 ,8	10 ,3	11 ,7
	гарнир	302	каша рисовая рассыпчатая	200	14,99	235 ,0	4 ,1	5 ,0	43 ,2
	сладкое	395	кофейный напиток с молоком	200	18,21	103 ,2	0 ,6	0 ,0	25 ,2
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	481	хлеб	60	4,50	71 ,0	2 ,8	0 ,5	14 ,6
	фрукты								