

Створено  
 М.О. директора Зав. Завхоза И.С.

Школа

"Полукотельниковская СОШ"

Отд./корп

12-17

День

9.д

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                              | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 390    | каша молочная манная               | 205      | 11,20 | 1570         | 5,1   | 4,6  | 93       |
|            | гор.напиток | 376    | чай с сахаром                      | 215      | 4,20  | 613          | 0,2   | 0,1  | 15,0     |
|            | хлеб        | 480    | батон с маслом                     | 75/15    | 14,6  | 220,5        | 0,9   | 0,9  | 467      |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                    |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                    |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 54     | икра свекольная                    | 100      | 4,??  | 114          | 2,3   | 5,8  | 12,3     |
|            | 1 блюдо     | 110    | суп из овощей с фасолью и сметаной | 260      | 40,50 | 96,0         | 2,7   | 4,3  | 23,1     |
|            | 2 блюдо     | 143    | котлета рыбная                     | 100      | 26,5  | 141,0        | 9,4   | 6,3  | 10,9     |
|            | гарнир      | 694    | пюре картофельное                  | 200      | 12,64 | 183,0        | 4,1   | 6,4  | 27,3     |
|            | сладкое     | 349    | компот из смеси 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       | 4,80  | 71,0         | 2,7   | 0,5  | 16,9     |
|            | фрукты      | 338    | яблоко                             | 100      | 14,63 | 88,0         | 0,0   | 0,8  | 19,6     |