

Школа **МКОУ ШР НШДС №10** Отд./корп День **9/2/2021**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№30	Макароны запеченные с сыром	200	13.64	337	10	17	32
	гор.напиток	№56	Чай с сахаром	200	0.94	53	0	0	14
	хлеб		Пшеничный	50	3.45	110			
			Вафли	48	5.31	96			
		№90	Яйцо отварное	52	7.57	63	5	5	0
Завтрак 2	фрукты		Апельсин	122	18.09	44			
Обед	закуска	№96	Помидор свежий	56	10.72	8	0	0	1
	1 блюдо	№2	Суп Крестьянский с крупой	240	10.55	115	2	6	12
	2 блюдо	№32	Жаркое по домашнему	200	26.63	220	17	17	18
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	52	3.53	104			
			груша	102	18.20	47			
		№64	Компот из сухофруктов	2	2.37	171	2	0	41