Школа	МБОУ "Рассветовская СОШ"	Отд./корп		День	10/11/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	694+610	картофельное пюре+тефтели из говядины	90, 100+150	40,45+5,00	301	35, 66	14	28, 64
	гор.напиток		чай с сахаром	200	4.50	2	0, 26	0, 05	15, 22
	хлеб		хлеб пшеничный	100	5.00	131	3, 8	1, 5	24, 9
			кукуруза консервированная	60	3.44	1	0, 04	0, 005	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	204	суп картофельный с мясом говядины и крупой	200,250/ 20	20,95/26,1	167	6, 67	9, 66	18, 45
	2 блюдо	643	мясо птицы тушёное в соусе	90 /50, 100	27,90/31,0	184	17, 9	12, 18	6, 23
	гарнир	688	гречка рассыпчатая со сл. Маслом	150 /10	8,14/9,77	134, 2	2, 75	2, 52	17, 4
	сладкое	883	кисель из концентрата	200	1.54	90	0	0	23, 94
	хлеб бел.		хлеб ржаной	100	5.00	145	3, 9	1, 23	30, 4
	хлеб черн.								