| Школа | МБОУ "Рассветовская СОШ" | Отд./корп | | День | 9/13/2023 |
|---|---|---|---|---|---|

| 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. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |