Директор МОУ "Изумрудновская школа"

Липеха Л.И.

Школа	МОУ "Изумрудновская школа			отд./корп.		День			20.09.2021
Прием пищи	Раздел	№рец	Блюда	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гор.блюдо	290	Птица тушенная в соусе	90	25,68	226,4	15,9	16,7	2,1
		303	Каша вязкая из гречневой крупы	150	7,27	178,7	4,8	8,5	21
	гор.напиток		Сок	200	6,6	86	1	0,2	20,2
	хлеб пшен.			30	1,15	59,2	1,9	0,2	12,5
	хлеб ржаной			20	0,71	61,2	2	0,3	12,7
	салат		капуста с морковкой	80	5,04	72	1,2	4,1	7,5
Завтрак									
	фрукты			166,67	15	96	1,5	0,5	21
	закуска								
	1 блюдо	96	Рассольник ленинградский	250	8,12	122,4	2,3	5,3	16,4
	2 блюдо	268	Котлеты, биточки	100	38,9	279,1	16,1	17,3	14,7
	гарнир	303	Каша вязкая из гречневой крупы	180	7,56	166,5	5,6	5	25
		349	Компот из сухофруктов	200		27,1			6,8
	хлеб белый			40	1,67	94,7	4,6	0,4	30,1
Обед	хлеб черн.			30	1,15	61,2	2	0,3	12,7