Школа	МКОУ ХМР СОШ с Кышик	Отд./корп		День	11.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	183	каша ячневая	215	34	285,5	9,18	11,94	35,24
	гор. напиток	497	чай	200	7,5	60,01	0,06	0,02	15,1
	хлеб	108	хлеб пшеничный	40	3,65	79,2	2,64	0,48	15,86
		254	бананы	150	20,8	70,5	0,6	0,6	27,89
		15	вафли	30	14	105,9	7,8	8,09	14,7
Завтрак 2									
Обед	закуска	53	салат из свежей капусты	60	20,5	72,9	1,65	4,12	7,29
	1 блюдо	104	суп картофельный с горохом	220	15,1	149,67	3,05	7,49	17,44
	2 блюдо	246	печень тушеная по строгановски	70\40	49	164	13,36	14,08	3,27
	гарнир	203	гречневый гарнир	180	20	243,77	7,2	4,39	43,94
	сладкое	349	напиток из шиповника	200	16	122	1,4	0	18,58
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	60	5,47	126,2	4,22	0,68	25,46
	хлеб черн.								