Школа МКОУ ХМР СОШ с Кышик Отд./корп День 06.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	каша пшенная	215	26	285,5	9,18	11,94	35,24
		377	чай	200	7,4	60,01	0,06	0,02	15,1
		100	сыр порцией	30	16,8	105,9	7,8	8,09	0
		338	апельсин	200	26,2	70,5	0,6	18,37	14,7
		108	хлеб пшеничный	40	3,65	79,2	2,64	0,48	37,23
Завтрак 2									
Обед	закуска	53	салат витаминный	60	15	52,9	1,39	10,02	6,55
	1 блюдо	212	суп овощной с говядиной	220	14,6	237,69	12	15,98	11,42
	2 блюдо	265	гуляш из куриной грудки	70\40	52,93	187	13,26	11,23	3,52
	гарнир	171	рис припущенный	180	14	232	6,72	5,37	30,33
	сладкое	342	компот из свежих фруктов	200	17	121,23	0,16	0,04	13,1
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	60	5,47	126,2	4,22	0,68	25,46
	хлеб черн.								