Школа	МКОУ ХМР СОШ с Кышик	Отд./корп		День	20.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	267	каша пшенная	215	26,7	284,99	7,52	11,72	37,04
	гор. напиток	501	кофейный напиток	200	14	79	3,2	2,7	15
		100	сыр порцией	20	13,2	68,6	5,12	5,22	0
	хлеб	108	хлеб пшеничный	40	3,65	126,2	4,22	0,68	25,46
	фрукты	112	апельсин	200	16,02	64,5	1,35	0,3	12,15
Завтрак 2									
Обед	закуска	24	салат из свежих помидоров и огурцов	100	28	73,31	0,74	6,15	3,87
	1 блюдо	134	суп овошной с говядиной	250\10	14,2	212,25	1,85	5,25	16,25
	2 блюдо	367	гуляш из отварной говядины	110	44,4	212	20,6	22	0,1
	гарнир	414	каша рисовая рассыпчатая	180	15,4	272,8	4,92	8,1	45,08
	сладкое	503	компот из сухофруктов	200	18	122	1,4	0	29
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	60	5,47	126,2	4,22	0,68	25,46
	хлеб черн.								