Школа МКОУ ХМР СОШ с Кышик Отд./корп День 22.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	115	каша ячневая	215	28,5	240,87	7,23	6,67	23,73
	гор. напиток	500	кофейный напиток	200	14,4	113	2,9	2,7	15,9
	хлеб	108	яблоко	70	28,9	170,5	4,08	0,6	15,58
		пп	печенье	50	8,2	188,7	2,05	10,05	22,75
Завтрак 2									
Обед	закуска	17	салат из свежих помидоров огурцов	60	12,5	59,53	1,26	5,11	3,76
	1 блюдо	104	суп картофельный с фасолью	220	19,2	149,67	12	15,98	11,42
	2 блюдо	279	тефтели мясные	70\40	42,4	164	13,36	14,08	3,27
	гарнир	203	гречневый гарнир	180	22,5	189,3	3,67	6,62	14,2
	сладкое	342	напиток фруктовый	200	17	97	0,7	0,3	12,8
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	60	5,47	126,2	4,22	0,68	25,46
	хлеб черн.								