

Школа МКОУ Октябрьская СШ № 9 Отд./корп  День 13.01.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	215	рыба запеченая	120	41,16	105	5	3	14
	гор.напиток	377	Чай с сахаром	200	5,52	173	9	15	1
	хлеб	п/р	Хлеб пшеничный	40	3,00	94	3	1	19
		304	Рис	200	6,90	126	3	4	21
		39	Соус основной	50	2,58	210	5	6	4
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	113	Суп лапша на курином бульоне	300	20,20	121	6	5	14
	2 блюдо	264	Печень по строгановски	120	54,30	110	4	2	9
	гарнир	312	Пюре картофельное	200	15,78	69	1	5	5
	сладкое								
	хлеб бел.	п/р	Хлеб пшеничный	40	3,00	94	3	1	19
	хлеб черн.								
		377	Чай с сахаром	200	5,52	173	9	15	1
		209	Яйцо	40	8,50	40	1		9

