

Школа МКОУ Октябрьская СШ № 9 Отд./корп День 21.01.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	267	Котлета мясная	90	46,61	97	2		23
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200	7,80	42	1		10
	хлеб	п/р	Хлеб пшеничный	40	3,00	94	3	1	19
		312	Пюре картофельное	200	15,68	69	1	5	5
		32	Салат из свеклы	100	4,54	377	22	24	18
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	183	Суп гороховый	300	23,23	68	23	14	8
	2 блюдо	243	Гуляш из говядины	120	69,18	128	8	4	17
	гарнир	302	Гречка	200	9,50	157	8	9	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

