

Школа МКОУ Октябрьская СШ № 9 Отд./корп День 31.03.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	119	Курица запеченная	120	44,11	139	11	3	18
	гор.напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6,80	42	1		10
	хлеб	п/р	Хлеб пшеничный	40	4,00	94	3	1	19
						69	1	5	5
			302	Гречка	200	12,97	157	8	9
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	55,62	131	14	4	10
	2 блюдо	255	Омлет натуральный	170	27,32	176	8	7	3
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	п/р	Хлеб пшеничный	40	4,00	94	3	1	19
	хлеб черн.								
			377	Чай с лимоном	200	9,64	42	1	10

