

И.О. *Зубарева* / *З.Н. Давыдова*



Школа

МБОУ "Новосолянская СОШ №1"

Отд./корп

День 15.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	124	макароны запеченные с сыром	150	17,80	146	3	5	19
		111	масло сливочное	12	6,50	90	0	10	0
	гор.напиток	31	чай с лимоном	200	4,00	104	0	0	25
	хлеб	гп	хлеб рж.пшеничный	30	1,90	60	1	0	9
	фрукты	гп	яблоко	100	14,00	47	0	0	10
	булочные	315	булочка Российская	50	13,60	276	6	7	43
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	63	щи из св.капусты с картофелем и сметаной	309	12,40	110	2	6	10
	2 блюдо	189	биточки из говядины	90	39,20	223	15	11	16
	гарнир	237	каша гречневая	150	10,30	324	10	9	50
	сладкое								
	хлеб черн.	гп	хлеб рж пшеничный	60	3,80	120	2	0	18
	напиток	283	компот	200	6,10	120	0	0	29
	фрукты	гп	яблоко	100	14,00	47	0	0	10