Школа	МБОУ СОШ № 9	отд/корп	1	День	12.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	223	запеканка из творога с джемом абрикосовым	250	178,90	408,60	25,11	27,28	48,98
	горячее	377	чай с лимоном	200	5,47	62,0	0,13	0,02	15,20
	Хлеб	пр	хлеб пшеничный	60	8,08	116,90	3,94	0,50	24,15
				510		587,50	29,18	27,80	88,33
Обед	Закуска	49	салат витаминный с кукурузой консервир.	100	25,78	154,90	2,6	6,22	12,15
	1 блюдо	98	суп крестьянский с крупой пшеничной	200	7,2	76,94	2,16	2,22	11,66
	2 блюдо	246/331	гуляш из отварного мяса в томатном соусе	90	101,07	132,47	6,7	14,03	12,70
	гарнир	136	овощи припущенные с маслом	150	35,23	109,73	3,08	2,26	19,13
	сладкое	388	напиток из шиповника	200	14,51	8,0	0,4	0,27	0,27
	хлеб	пр	хлеб пшеничный	50	6,73	91,96	2,24	0,44	19,76
	хлеб	пр	хлеб ржаной	60	7,78	46,76	1,58	0,20	9,66
	сладкое	388	фрукты	150	43,4	136,94	2,26	0,76	11,50
				1000		822,50	21,02	26,40	96,83