Школа	МБОУ СОШ № 9	отд/корп	9	День	17.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	215/97	омлет с зел. Горошком	130/20	78,93	162,60	10,635	13,26	5,59
	кисл.мол.	386	кисломолочный продукт 2,5%	200	34,78	100,0	5,8	5,0	8,0
	Горячее	376	какао с молоком	200	20,47	155,20	3,6	2,67	29,20
	закуска	пр/14	хлеб пшеничный + слив. Масло	70	19,31	169,70	4,004	6,30	24,25
				620		587,50	24,04	27,23	67,04
Обед	Закуска	50	салат из свеклы с сыром	100	24,57	119,92	4,52	7,26	9,58
	1 блюдо	106	суп с рыбными консервами	200	22,52	145,52	6,06	5,06	13,67
	2 блюдо	259	жаркое по домашнему	190	93,15	315,44	13,99	14,81	28,95
	сладкое	344	компот из ягод с/м	200	17,6	102,90	0,47	0,13	29,99
	хлеб	пр	хлеб пшеничный	50	6,84	91,96	2,24	0,44	19,76
	хлеб	пр	хлеб ржаной	60	8,21	46,76	1,58	0,20	9,66
				800		822,50	28,86	27,90	111,61