Школа	МБОУ СОШ № 9	отд/корп	1	День	05.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	173	каша овсянная молочная с маслом и сахаром	230	29,69	321,97	8,28	11,10	50,27
	Горячий напиток	377	чай с лимоном и сахаром	200	5,09	60,00	0,07	0,02	15,0
	закуска	пр/15/14	хлеб пшеничный +сыр+масло сливочное	80	30,89	205,53	6,324	9,25	24,25
				510		587,50	14,674	20,37	89,52
Обед	Закуска	69	винегрет с сельдью	100	47,1	112,50	4,99	5,38	11,0
	1 блюдо	82	борщ с картофелем и капустой	250	12,86	103,75	2,8	4,92	14,10
	2 блюдо	233	рыба запечёная в сметанном соусе	160	82,14	210,58	15,24	15,67	21,25
	гарнир	312	картофельное пюре	150	23,09	142,35	3,85	4,32	20,01
	сладкое	350	кисель из свежемороженных ягод	200	14,38	144,60	0,148	0,08	24,49
	хлеб бел.	пр	хлеб пшеничный	50	6,84	46,76	1,58	0,20	9,66
	хлеб черн.	п\п	хлеб ржаной	60	8,21	91,96	2,24	0,44	19,76
				970		822,50	30,848	31,01	120,37