

Школа МБОУ СОШ №45

Отд./корп

День 12.10.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	сладкое		Йогурт "Чудо"	.115	21-65	113	2.9	3.6	18.2
	2 блюдо	675	Блины с джемом фруктовым	.140/35	16-50	435	9.91	11.43	73.15
	напитки	685	Чай с сахаром	.180	1-50	37	0.43	0.05	9.04
	прочие		Сок фруктовый "Малышам"	.200	20-35	92	0	0	23
Обед	закуска	25	Огурцы свежие	.040	6-51	4	0.28	0.04	0.76
	1 блюдо	88	Щи из св.капусты с цыпленком и сметаной	.200/10/5	10-18	104	4.29	5.98	7.33
	2 блюдо	164	Жаркое по-домашнему	.040/130	36-57	323	18.62	12.17	34.66
	напитки	324	Напиток фруктовый	.190	4-99	81	0.63	0.01	19.55
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-75	65	2.14	0.36	13.32

Директор Школа (Точенова М.А.)