

Школа МБОУ СОШ №45

Отд./корп

День 14.10.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	230	Рыба запеченная	.060	33-08	121	2.69	7.68	10.31
	2 гарнир	312	Картофельное пюре	.140	9-31	143	3.04	5.19	20.66
	напитки	685	Чай с сахаром	.180	1-50	37	0.43	0.05	9.04
	фрукты		Слива	.090	14-36	60	2.52	1.8	8.55
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-75	65	2.14	0.36	13.32
Обед	.Салаты	20	Салат из св.огурцов с маслом растит.	.045/5	8-02	50	0.31	5.03	0.85
	1 блюдо	82	Борщ с мясом тушеным конс. и сметаной	.200/5/5	7-89	100	2.36	5.74	10.01
	2 блюдо	456	Зразы любительские	.070	30-06	171	8.47	10.99	9.17
	2 гарнир	511	Рис отварной	.130	6-15	186	3.18	5.25	30.52
	напитки	702	Напиток из протертых ягод	.200	6-13	86	0.38	0	21.38
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-75	65	2.14	0.36	13.32

Директор Школа (Тарасова Т. Н.)