Школа: МБОУ СОШ с. Верхотор МР ИР РБ

Отд./корп:

День: 21.05.21 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		пюре картофельное	150	10,85	136	3	4,63	20,13
	гор.напиток		чай сладкий	200	1,65	35	01	002	9,9
	хлеб		хлеб	30	1,50	69	39,8	0,9	12,48
			тефтели из гов./м., рис.	60	36,65	196	9,36	12,36	9,96
Завтрак 2	фрукты		йогурт	180	18,90	–	–	–	–
Обед	закуска		Салат луковый	40	1,52	40	0,81	1,8	5,8
	1 блюдо		Суп картоф., г/б., клецк.	200	7,22	265	1,33	33,33	37,33
	2 блюдо		рыба запеченая с картоф.	150	17,55	191	13,36	10,18	11,27
	гарнир		компот из св. плодов	200	2,92	110	1	005	27,5
	сладкое		хлеб	50	2,50	121	5,70	1,55	21,57
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								