

Утверждено:  
 Директор ОУ *М.С. Сидорова*

Школа В - Амонашенская СОШ Отд./корп   День 12.11.21г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	421	макароны с сыром	150	8,38	210	7	7	30
	гор.напиток	121	фрикаделька мясная	25	15,50	53	6	3	0
	хлеб	70	помидор соленый	50	6,00	10	0	0	1
		57	кофейный напиток	200	8,30	119	3	3	20
		299,13	хлеб пшеничный	30	1,44	80	3	0	34
Завтрак 2	фрукты	1	хлеб ржаной	20	0,96	68	1	4	7
		б/н	йогурт	100	8,00	53	3	3	4
			итого:		48,58				
Обед	закуска	187	щи из свежей капусты с картофелем	200	13,70	99	2	6	10
	1 блюдо	287	суфле мясное с рисом	100	21,02	86	5	5	6
	2 блюдо	692	картофель отварной	150	6,75	142	3	4	23
	гарнир	7	зеленый горошек	50	2,00	20	2	0	3
	сладкое	299,13	хлеб пшеничный	45	2,16	120	4	0	51
	хлеб бел.	1	хлеб ржаной	25	1,20	85	2	5	9
	хлеб черн.	351,17	фрукты	200	18,00	94	1	1	20
		868	компот	200	8,05	128	1	0	33
			итого:		72,88	673	24	19	132