Школа	МБОУ "Малокамалинская ООШ №5"	Отд./корп		День	11.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	119	Запеканка рисовая	150	21,22	152	2	5	4
	гор.напиток	160	Какао с молоком	200	11,90	154	4	4	26
	хлеб	г/и	Хлеб пшеничный/ржаной	46	1,38	110	3	1	21
		139	Яйцо вареное	40	7,00	63	5	5	0
	фрукты	г/и	Яблоко	100	19,95	67	1	2	4
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	66	Щи из свежей капусты с картофелем и туш.консер.мясом	200	30,00	105	4	6	10
	2 блюдо	46	Птица тушеная, сметанный соус	100	36,84	222	10	11	7
	гарнир	227	Макаронные изделия отварные	150	8,84	211	3	5	35
	сладкое								
	хлеб бел.	г/и	Хлеб	30	1,00	71	1	1	18
	хлеб черн.	г/и	Хлеб	20	1,00	50	1	1	19
	напиток	289	Напиток из шиповника	200	15,00	47	1	0	18

Утверждаю