

Школа

МБОУ Малышевская СОШ

Отд./корп

День

16.11.2021

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 168 | Каша рисовая с маслом сливочным | 205 | 10,23 | 225 | 3 | 8 | 35 |
| | гор.напиток | 692 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 5,62 | 116 | 1 | 2 | 22 |
| | хлеб | 1 | Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 53 | 12,46 | 171 | 11 | 10 | 15 |
| | фрукты | | Мандарин | 165 | 22,92 | 54 | 1 | 0 | 4 |
| | конд.изделие | | Пирожок с повидло | 100 | 15,70 | 278 | 6 | 2 | 59 |
| Завтрак 2 | фрукты | | Киви | 117 | 18,26 | 55 | 1 | 1 | 12 |
| | напиток | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 42 | Салат из свежей капусты | 100 | | 109 | 2 | 6 | 11 |
| | 1 блюдо | 201 | Суп крестьянский с курицей | 250 | | 148 | 6 | 8 | 16 |
| | 2 блюдо | 591 | Рыба припущенная в молоке | 100 | | 93 | 18 | 2 | 0 |
| | гарнир | 694 | Картофельное пюре | 200 | | 165 | 4 | 6 | 25 |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 53 | | 108 | 3 | 0 | 21 |
| | гор.напиток | 868 | Компот из сухофруктов | 200 | | 152 | 3 | 4 | 29 |