

Школа

МБОУ Малышевская СОШ завтрак: 1-4 классы,обед: 1-11 классы

Отд./корп

День

14.01.2022.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	149	Оладьи со сгущенным молоком	221	14,73	353	12	4	67
	гор.напиток	959	Какао с молоком	200	5,25	145	4	4	25
	хлеб		Вафля	50	8,59	265	2	14	32
	фрукты		Апельсин	270	27,02	120	3	1	23
	напиток		Сок фруктовый	200	14,50	92	0	0	23
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	3	Салат из свеклы с соленым огурцом	100	6,61	58	1	4	58
	1 блюдо	170	Борщ с мясом	250	15,29	140	9	6	13
	2 блюдо	307	Котлета куриная	100	35,17	172	8	12	7
	гарнир	679	Греча отварная рассыпчатая	200	10,10	277	9	7	43
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	41	1,94	102	3	0	21
	гор.напиток		Компот из кураги	200	6,11	101	0	0	25