

Школа

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

Отд./корп

День

20.01.2022.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	591	Гуляш из говядины с рисом отварным	300	47,60	342	14	17	37
	гор.напиток	648	Кисель витаминизированный	200	4,25	132	0	0	33
	хлеб		Хлеб ржаной	40	1,90	80	3	0	17
		424	Яйцо	40	8,80	63	5	5	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	2	Салат из моркови с растит.маслом	100	5,14	94	1	6	10
	1 блюдо	197	Суп рассольник	250	16,18	121	2	5	17
	2 блюдо	637	Курица отварная порционная	100	35,04	206	21	14	0
	гарнир	694	Картофельное пюре	200	14,73	183	4	6	27
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	2,38	102	3	0	21
	гор.напиток		Чай сладкий с лимоном	208	3,05	42	0	0	10