

Школа

МКОУ "Алмакская СОШ"

Отд./корп

День

03.09.2021

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гор.напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | Суп фасолевый | 200 | 7.15. | 59 | 4.02. | 0.32 | 10.9. |
| | 2 блюдо | | плов с фаршем | 150 | 7,10 | 377 | 20 | 17 | 36 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | | | Салат из капусты с зеленым горохом | 100 | 5.39. | 56 | 1 | 4 | 5 |
| | хлеб бел. | | Хлеб | 80 | 7,67 | 139 | 5 | 1 | 26 |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | напиток | | компот из сухофруктов | 200 | 6.91. | 94. | 0. | | 0. |
| | | вафли | 0.029. | 7.35. | | 5.5. | 22. | 66. | |