

Школа

МКОУ "Алмакская СОШ"

Отд./корп

День

18.09.2021

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		фасоловый суп	200.	8.45.	59.	4.02.	0.32.	10.9.
	2 блюдо		гречка с гулящем	200	11.76.	79.	18.	9.	1.8.
	гарнир		салат из капусты	100.	3.34.	56.	1.	4.	5.
	хлеб бел.		Хлеб	80	6.86.	139	5	1	26
	хлеб черн.								
	напиток		кисель	200	2.20.	132.8.	0.2.	9.	32.6.
			зефир	0.030.	7.35.	192.5.	0.05.	0.	37.27.
		конфеты	2.	8.82.	400.	1.	14.	67.	