

Школа

МКОУ "Алмакская СОШ"

Отд./корп

День

01.10.2021

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		фасолевый суп	200	8.45.	59.	4.02.	0.32.	10.9.
	2 блюдо		каша геркулесовая	200.	8.08.	130.	10.12.	7.85.	6.53.
	гарнир		сыр	30	8.10.	113.	13.	5.	4.
	хлеб бел.		Хлеб	80	6.86.	139	5	1	26
	хлеб черн.								
	напиток		чай с сахаром	200	1.96.	250.	28.	0.	14.
			повидло	30					
		ёгурт	100	8.	134.	2.	8.	16.	