Школа МКОУ "Алмакская СОШ" Отд./корп

День 12.10.2021

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	7.16.	59.	4.02.	0.32.	10.9.
	2 блюдо		каша пшеничная	150.	4.95.	150.	13.83.	7.85.	6.53.
	гарнир		сыр	30.	8.57.	113.	13.	5.	4.
	хлеб бел.		Хлеб	80	6.86.	139	5	1	26
	хлеб черн.								
	напиток		компот грушевый	200	9.41.	110.	0.2.	0.2.	22.3.
			банан	200	22.35.	89.	2.	0.	30.