Школа МКОУ "Алмакская СОШ" Отд./корп День 25.10.2021

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		тефтелевый суп	250.	21.38.	105.4/30	3.	4.	14.
	2 блюдо		гречка	200.	6.12.	79.	18.	9.	1.8
	гарнир								
			банан	200	22.35	89	2	0	30
	хлеб бел.		Хлеб	80	6.86.	139	5	1	26
	хлеб черн.								
	напиток		чай с сахаром	200	2,00	250	28	0	14.