

Школа

МБОУ "МИХАЙЛОВСКАЯ СОШ"

6-11

Отд./корп

3 ДЕНЬ

День

11,10,24

| Прием пищи | Раздел | № реч. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 10 | КАРТОФ ОТВ | 180 | 58,52 | 211 | 19 | 10 | 88 |
| | гор.напиток | 21 | ЧАЙ С ЛИМ | 200 | | 59 | 0 | 0 | 15 |
| | хлеб | ГП | ХЛЕБ ПШ | 20 | | 42 | 2 | 0 | 8 |
| | фрукты | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | ГОР БЛ | 6 | РЫБА ТУШ С ОВОЩ | 100 | | 211 | 19 | 10 | 88 |
| | фрукты | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 13 | ОВОЩИ ОГУРЦЫ СОЛ | 80 | 87,80 | 10 | 1 | 0 | 1 |
| | 1 блюдо | 23 | УХА | 250 | | 135 | 8 | 4 | 36 |
| | 2 блюдо | 24 | КОТЛЕТЫ | 100 | | 214 | 9 | 13 | 16 |
| | гарнир | 25 | ГРЕЧКА | 150 | | 233 | 7 | 6 | 37 |
| | сладкое | 8 | СОК | 200 | | 75 | 1 | 0 | 20 |
| | хлеб бел. | ГП | ХЛЕБ ПШ | 20 | | 42 | 2 | 0 | 8 |
| | хлеб черн. | ГП | ХЛЕБ РЖ | 20 | | 40 | 1 | 0 | 9 |
| | | | ДИРЕКТОР | | | | | | |

