

Школа

МБОУ "МИХАЙЛОВСКАЯ СОШ"

12-18

Отд./корп

6 ДЕНЬ

День

13,12,24

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо            | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 37     | МАК ИЗД С СЫРОМ  | 200      | 68,05  | 231          | 10    | 10   | 27       |
|            | гор.напиток | 12     | КОФ НАПИТ С МОЛ  | 200      |        | 152          | 4     | 3    | 28       |
|            | хлеб        | 30     | БАТОН С МАСЛОМ   | 45       |        | 126          | 3     | 4    | 20       |
|            |             |        | АПЕЛЬСИН         | 150      |        | 71           | 1     | 1    | 15       |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                  |          |        |              |       |      |          |
|            |             |        |                  |          |        |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 4      | ЗЕЛ ГОРОШЕК      | 100      | 102,06 | 40           | 3     | 0    | 0        |
|            | 1 блюдо     | 5      | РАССОЛЬНИК       | 250      |        | 127          | 4     | 5    | 16       |
|            | 2 блюдо     | 24     | КОТЛЕТЫ          | 100      |        | 214          | 9     | 13   | 16       |
|            | гарнир      | 43     | КАПУСТА ТУШЕНАЯ  | 180      |        | 222          | 10    | 12   | 16       |
|            | сладкое     | 18     | КОМПОТ ИЗ СУХОФР | 200      |        | 106          | 1     | 0    | 25       |
|            | хлеб бел.   | ГП     | ХЛЕБ ПШ          | 30       |        | 62           | 2     | 0    | 12       |
|            | хлеб черн.  | ГП     | ХЛЕБ РЖ          | 30       |        | 60           | 1     | 0    | 13       |
|            |             |        |                  |          |        |              |       |      |          |
|            |             |        |                  |          |        |              |       |      |          |
|            |             |        |                  |          |        |              |       |      |          |
|            |             |        | ДИРЕКТОР         |          |        |              |       |      |          |

