

Школа МБОУ "МИХАЙЛОВСКАЯ СОШ" 11-18 Отд./контр 11 ДЕНЬ День 20,12,24

| Прием пищи | Раздел      | № реч. | Блюдо                    | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 38     | КАПУСТА ТУШ С КУР ФАРШЕМ | 200      | 68,05  | 204          | 12    | 11   | 12       |
|            | гор.напиток | 12     | КОФ НАПИТ                | 200      |        | 152          | 4     | 3    | 28       |
|            | хлеб        | ГП     | ХЛЕБ ПШ                  | 50       |        | 104          | 4     | 1    | 20       |
|            | фрукты      | ГП     | АПЕЛЬСИН                 | 100      |        | 71           | 1     | 1    | 15       |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                          |          |        |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 4      | ЗЕЛЕННЫЙ ГОРОШЕК         | 100      | 102,06 | 40           | 3     | 0    | 0        |
|            | 1 блюдо     | 14     | БОРЩ                     | 250      |        | 94           | 4     | 5    | 9        |
|            | 2 блюдо     | 24     | КОТЛЕТЫ                  | 100      |        | 214          | 9     | 13   | 16       |
|            | гарнир      | 7      | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ        | 180      |        | 165          | 4     | 6    | 17       |
|            | сладкое     | 8      | СОК                      | 200      |        | 75           | 1     | 0    | 20       |
|            | хлеб бел.   | ГП     | ХЛЕБ ПШ                  | 30       |        | 62           | 2     | 0    | 12       |
|            | хлеб черн.  | ГП     | ХЛЕБ РЖ                  | 30       |        | 60           | 1     | 0    | 13       |
|            |             | ГП     | ПЕЧЕНЬЕ                  | 20       |        | 108          | 1     | 7    | 13       |



И.О. ДИРЕКТОРА

АГАПОВА И.В.