

Школа

МБОУ "СОШ №18"

Отд./корп

День

22.09.2021

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | №492 | Плов из цыпленка | 150 | | 232 | 19 | 6 | 26 |
| | гор.напиток | №633 | Компот из сухофруктов | 200 | | 103 | 0 | 0 | 23 |
| | хлеб | ГОСТ 269 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | | 40 | 1 | 0 | 8 |
| | | №816 | Огурец свежий | 60 | | 16 | 1 | 0 | 2 |
| | | | | | 66,00 | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | №816 | Огурец свежий | 60 | | 16 | 1 | 0 | 2 |
| | 1 блюдо | №124 | Щи из свежей капусты со сметаной | 250 | | 88 | 2 | 4 | 10 |
| | 2 блюдо | №492 | Плов из цыпленка | 150 | | 232 | 19 | 6 | 26 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | №633 | Компот из сухофруктов | 200 | | 103 | 0 | 0 | 25 |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | ГОСТ 269 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | | 79 | 3 | 0 | 16 |
| | | | | | | 66,00 | | | |