

Школа

МБОУ "СОШ №18"

Отд./корп

День

22.02.2022

| Прием пищи | Раздел      | № рец.    | Блюдо                                | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-----------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | №388      | Котлета рыбная                       | 90       |       | 141          | 11    | 7    | 8        |
|            | гор.напиток | ТР ТС 023 | Сок фруктовый                        | 200      |       | 88           | 0     | 0    | 22       |
|            | хлеб        | ГОСТ 269  | Хлеб ржано-пшеничный                 | 20       |       | 40           | 1     | 0    | 8        |
|            |             | №43       | Салат из свежей капусты              | 60       |       | 67           | 1     | 5    | 4        |
|            |             | №508      | Пюре картофельное с маслом сливочным | 155      |       | 160          | 3     | 8    | 20       |
| Завтрак 2  | фрукты      |           |                                      |          | 72,43 |              |       |      |          |
|            |             |           |                                      |          |       |              |       |      |          |
|            |             |           |                                      |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | №43       | Салат из свежей капусты              | 60       |       | 67           | 1     | 5    | 4        |
|            | 1 блюдо     | №110      | Борщ из свежей капусты со сметаной   | 250      |       | 106          | 2     | 5    | 13       |
|            | 2 блюдо     | №388      | Котлета рыбная                       | 90       |       | 140          | 11    | 7    | 8        |
|            | гарнир      | №508      | Пюре картофельное с маслом сливочным | 155      |       | 160          | 3     | 8    | 20       |
|            | сладкое     | №633      | Компот из сухофруктов                | 200      |       | 103          | 0     | 0    | 25       |
|            | хлеб бел.   |           |                                      |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  | ГОСТ 269  | Хлеб ржано-пшеничный                 | 40       |       | 79           | 3     | 0    | 16       |
|            |             |           |                                      |          |       | 72,43        |       |      |          |