

Школа

МБОУ "СОШ №18"

Отд./корп

День

23.01.2023

| Прием пищи | Раздел      | № рец.   | Блюдо                            | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | № 311    | Каша молочная с маслом сливочным | 210      |       | 219          | 5     | 9    | 30       |
|            | гор.напиток | №685     | Чай с сахаром                    | 200      |       | 56           | 0     | 0    | 14       |
|            | хлеб        | ГОСТ3180 | Батон                            | 40       |       | 96           | 2     | 2    | 18       |
|            |             | №99      | Колбаса варено-копченая          | 20       |       | 47           | 2     | 4    |          |
|            |             |          | Печенье                          | 30       |       | 191          | 4     | 7    | 28       |
| Завтрак 2  | фрукты      |          |                                  |          | 73,56 |              |       |      |          |
|            |             |          |                                  |          |       |              |       |      |          |
|            |             |          |                                  |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |          |                                  |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     | №139     | Суп картофельный гороховый       | 250      |       | 126          | 6     | 4    | 18       |
|            | 2 блюдо     | №492     | Плов из цыпленка                 | 150      |       | 232          | 19    | 6    | 26       |
|            | гарнир      |          |                                  |          |       |              |       |      |          |
|            | сладкое     | №769     | Булочка домашняя                 | 50       |       | 191          | 4     | 7    | 28       |
|            | хлеб бел.   | ГОСТ3180 | Батон                            | 40       |       | 96           | 2     | 2    | 18       |
|            | хлеб черн.  | ГОСТ 269 | Хлеб ржано-пшеничный             | 36       |       | 72           | 3     | 0    | 16       |
|            |             | №685     | Чай с сахаром                    | 200      |       | 56           | 0     | 0    | 14       |
|            |             |          |                                  |          | 73,56 |              |       |      |          |