

Школа	МАОУ "СОШ ст. Тарханы"			Отд./корп				День	10 день
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гор.блюдо	291	Плов с курицей	150	24,95	301,50	15,60	20,30	43,00
	хлеб		Батон	40	1,67	132,00	2,96	1,16	20,56
	гор.напиток	375	Чай с лимоном	200	2,97	63	0,1	0	16,7
			Итого	390	29,59	496,50	18,66	21,46	80,26
Обед	закуска	19	Огурец соленый	60	8,20	40,38	0,46	3,65	1,43
	1 блюдо	113	Суп с фасолью	250	19,16	173,96	9,27	8,64	14,6
	2 блюдо	203	Макароны отварные	150	5,18	155	5,8	0,08	31
	гарнир	53	Курица в томатном соусе	80	21,38	221	17,65	14,58	4,7
	сладкое	349	Компот из сухофруктов	200	3,50	128	0,6	0	16,5
	хлеб бел.		Хлеб ржано-пшеничный	80	7,37	164	1,8	3	13,2
	хлеб черн.		Итого	820	64,79	882,34	34,98	29,95	81,43
Полдник			Кисломолочный продукт	180	11,40	0,75	0	15,21	63,86
			Пряник	40	4,00	3,84	3,06	48,75	237,9
			Итого	220,00	15,40	4,59	3,06	63,96	301,76
		ИТОГО	1210	94,38	1378,84	53,64	51,41	161,69	