

Школа	МАОУ "СОШ ст. Тарханы"			Отд./корп				День	8 день
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	203	Макароны отварные	150	5,18	155,00	5,80	0,08	31,00
	гор.напиток	301	Биточки куриные с соусом	60	22,24	132,00	8,93	6,74	8,97
	хлеб		Батон	40	1,67	132,00	2,96	1,16	20,56
		385	Кофейный напиток с молоком	200	10,80	100,60	3,17	2,68	15,95
		100	Фрукты свежие	100	15,40	57,82	0,5	0,5	12,83
			<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>55,29</b>	<b>577,42</b>	<b>21,36</b>	<b>11,16</b>	<b>89,31</b>
Обед	закуска	63	Салат из свежей капусты	60	5,30	78,22	1,92	10,08	7,89
	1 блюдо	104	Суп вермишелевый	250	14,81	120,25	2,21	5,06	11,92
	2 блюдо	145	Картофель тушеный с курицей	230	30,24	265,00	27,53	7,47	21,95
	гарнир	376	Чай с шиповником	250	3,57	118,00	0,40	0,20	19,00
	сладкое		Хлеб ржано-пшеничный	80	7,37	164,00	1,80	3,00	13,20
	хлеб бел.		<b>Итого</b>	<b>870</b>	<b>61,29</b>	<b>745,47</b>	<b>33,86</b>	<b>25,81</b>	<b>73,96</b>
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
			<b>Итого</b>	<b>220,00</b>	<b>15,40</b>	<b>4,59</b>	<b>3,06</b>	<b>63,96</b>	<b>301,76</b>
			<b>ИТОГО</b>	<b>1420</b>	<b>116,58</b>	<b>1322,89</b>	<b>55,22</b>	<b>36,97</b>	<b>86,79</b>