

Школа	МАОУ "СОШ ст. Тарханы"			Отд./корп				День	9 день
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша молочная Дружба	150	15,49	132,40	4,82	1,02	16,83
	гор.напиток	15	Масло сливочное	10	7,57	75,00	0,05	8,25	0,08
			Сыр в/сорт	15	9,71	57,00	3,05	4,63	0,00
	хлеб		Батон	40	1,67	132,00	2,96	1,16	20,56
		376	Чай с шиповником	200	3,57	63,00	0,10	0,00	16,70
			Итого	415	38,01	459,40	10,98	15,06	54,17
Обед	закуска	82	Винегрет	60	6,54	54,96	0,81	3,70	4,61
	1 блюдо	87	Суп рисовый с курицей	250	14,40	104,75	2,69	2,84	17,14
	2 блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,17	227,30	6,60	7,20	41,20
	гарнир	230/1	Котлета рыбная с соусом	60	29,45	102,00	11,50	8,80	12,00
	сладкое	343	Компот из свежих яблок	250	4,46	107,00	1,00	0,00	18,00
	хлеб бел.		Хлеб ржано-пшеничный	80	7,37	164,00	1,80	3,00	13,20
	хлеб черн.		Итого	850	67,39	760,01	24,40	25,54	106,15
Полдник			СОК	180	8,60	0,75	0	15,21	63,86
			Печенье	40	4,00	3,84	3,06	48,75	237,9
			Итого	220,00	12,60	4,59	3,06	63,96	301,76
			ИТОГО	1265	105,40	1219,41	35,38	40,60	160,32