Кочук Наталия Владимировна

Школа	МБОУ Приобская НОШ	Отд./корп		День	10.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	109/08	Каша овсяная молочная вязкая	205	19,25	207,4	6,3	8,9	25,5
	гор.напиток	269/08	Какао с молоком (1-й вариант)	200	14,85	153,92	3,77	3,93	25,95
	бутерброд	368/08	Бутерброд с мясными гастрономическими	35	16,32	89,90	3,7	4,89	7,80
	хлеб бел.	Т/к	Хлеб пшеничный	20	2,10	46,20	1,52	0,15	9,84
	фрукты	89/08	Киви	100	20,35	57	1,20	0,3	11,3
Обед	закуска	18/08	Салат из свежих овощей	100	15,12	65,8	0,98	5,13	4,54
	1 блюдо	46/08	Рассольник ленинградский	250	26,51	149,60	5,03	7,78	32,26
	2 блюдо	181/08	Жаркое по-домашнему	220	42,65	334,08	18,54	17,33	22,13
	напиток	278/08	Компот из свежих фруктов	200	22,01	110,96	0,48	0,25	26,81
	хлеб бел.	Т/к	Хлеб пшеничный	40	4,20	92,40	3,04	0,30	19,68
	хлеб черн.	Т/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,48	59,03	2,40	0,30	13,35