

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо		Каша жидкая молочная рисовая (или каша жидкая молочная из манной крупы)	160	14,54	206	5	9	27	
	гор.напиток		чай с сахаром	200	1,68	57	0	0	15	
	хлеб		Батон с маслом и сыром	51	17,08	152	5	7	17	
	фрукты									
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска		Зеленый горошек консервированный отварной	60	11,93	24	2	0	0	
	1 блюдо		Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной	250	19,08	127	4	5	16	
	2 блюдо		Руба, тушенная с овощами	100	21,71	211	19	10	88	
	гарнир		Пюре картофельное	150	10,04	138	3	5	15	
	напиток		Компот из сухофруктов	200	4,26	106	1	0	25	
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,13	62	2	0	12	
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30	2,13	60	1	0	13	
				Директор МБОУ "Ильинская СОШ"			Никитина И.Н.			

