

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Макаронные изделия отварные с сыром	200	23,55	231	10	10	27
	гор.напиток		Какао с молоком	200	13,06	164	6	6	23
	хлеб		Батон с маслом	39	11,11	108	3	3	17
	фрукты		Яблоко	120	12,70	56	0	0	12
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Овощи натуральные свежие (соленые)	80	20,73	10	1	0	1
	1 блюдо		Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	15,89	153	6	6	14
	2 блюдо		Тефтели из говядины с рисом	100	30,39	202	9	13	11
	гарнир		каша гречневая рассыпчатая	150	11,25	233	7	6	37
	напиток		Сок	200	24,00	75	1	0	20
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	20	1,42	42	2	0	8
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20	1,42	40	1	0	9
				Директор МБОУ "Ильинская СОШ"					

