Школа МБОУ "Ильинская СОШ" Отд./корп Дата 22.04.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Тефтели из говядины с рисом	100	30,39	202	9	13	11
			Каша гречневая рассыпчатая	150	11,25	233	7	6	37
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	1,68	57	0	0	15
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1,42	42	2	0	8
	фрукты								
			Соус красный основной	30	5,41	20	0	1	2
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Консервы овощные закусочные порциями (томаты в собственном соку)	60	9,16	10	0	0	2
	1 блюдо		Щи с мясом (тушенкой), со сметаной	250	18,74	94	4	5	9
	2 блюдо		Рыба, тушенная в сметанном соусе	100	25,16	160	11	11	3
	гарнир		Картофель отварной	180	12,83	182	4	6	27
	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
			Печенье	20	2,68	108	1	6	13
			Директор МБОУ "Ильинская СОШ"			Никитина И.Н.			