

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо		Капуста тушеная с куриным фаршем	200	50,49	204	12	11	12	
	гор.напиток		Кофейный напиток с молоком	200	9,99	152	4	3	28	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,13	62	2	0	12	
	фрукты		Яблоко	100	10,50	96	2	1	21	
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска		Зеленый горошек консервированный отварной	60	11,93	24	2	0	0	
	1 блюдо		Борщ с мясом (тушенкой) и со сметаной	250	18,78	94	3	5	9	
	2 блюдо		Котлеты, биточки, шницели	100	37,32	214	9	13	16	
	гарнир		Пюре картофельное	150	10,04	138	3	5	15	
	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"						

