

Школа МБОУ "Ильинская СОШ" Отд./корп. Дата 29.11.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
|------------|-------------|--------|---------------------------------------|-------------------------------|-------|--------------|----------------|------|----------|--|
| Завтрак | гор.блюдо | | Омлет натуральный | 200 | 29,50 | 259 | 17 | 19 | 5 | |
| | гор.напиток | | чай с лимоном | 200 | 2,61 | 59 | 0 | 0 | 15 | |
| | хлеб | | Батон с маслом и сыром | 51 | 11,11 | 152 | 5 | 7 | 17 | |
| | фрукты | | Яблоко | 120 | 12,70 | 56 | 0 | 0 | 12 | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | Кукуруза консервированная отварная | 60 | 18,05 | 35 | 1 | 0 | 7 | |
| | 1 блюдо | | Суп-уха (с рыбной консервой) | 250 | 31,25 | 135 | 8 | 4 | 36 | |
| | 2 блюдо | | Котлеты или биточки из птицы | 100 | 38,57 | 242 | 11 | 15 | 15 | |
| | гарнир | | Макаронные изделия отварные с овощами | 150 | 10,84 | 178 | 5 | 6 | 28 | |
| | 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" | | | Никититна И.Н. | | | |

