|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| СИНЯВИНСКАЯ СОШ | Отд./корп |   |  |  | День | 12.04.2022 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| гор.блюдо | 184 | КАША ГЕРКУЛЕС. МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ | 205 | 12,80 | 261 | 7 | 7 | 43 |
| гор.напиток | 431 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 205 | 6,80 | 62 | 0 | 0 | 15 |
| хлеб |   | БУТЕРБРОД с СЫРОМ | 40 | 5,10 | 105 | 3 | 1 | 21 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| фрукты |   | БАНАН |   | 21,21 |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| закуска | 40 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 60 | 9,93 | 53 | 3 | 5 | 53 |
| 1 блюдо | 98 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАН | 200 | 12,57 | 98 | 3 | 2 | 16 |
| 2 блюдо | 314 | ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ | 80 | 25,60 | 216 | 15 | 11 | 14 |
| гарнир | 323 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 8,80 | 206 | 4 | 5 | 38 |
| сладкое | 430 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ | 200 | 2,05 | 61 | 0 | 0 | 15 |
| хлеб бел. |   |   |   |   |   |   |   |   |
| хлеб черн. |   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧН, ОБОГ.МИКРОН. | 40 | 3,14 | 82 | 3 | 2 | 88 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |