|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | СИНЯВИНСКАЯ СОШ | Отд./корп |   |  |  | День | 14.04.2022 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 212 | ОМЛЕТ С СОСИСКАМИ | 125 | 19,70 | 255 | 14 | 12 | 28 |
|   | гор.напиток |   | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТР. | 40 | 5,10 | 105 | 3 | 1 | 21 |
|   | хлеб | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,05 | 61 | 0 | 0 | 15 |
|   |   |   | ПЕЧЕНЬЕ  | 40 | 5,30 | 167 | 3 | 4 | 30 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Завтрак 2 | фрукты |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Обед | закуска |   | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 7,05 | 7 | 0 | 1 | 7 |
|   | 1 блюдо | 84 | ЩИ ИЗ СВ.КАПУСТЫ.КАРТОФ.ГОВЯД.СМЕТ | 210 | 20,60 | 64 | 2 | 3 | 7 |
|   | 2 блюдо | 283 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯД. С ТОМАТН. СОУСОМ | 100 | 28,80 | 173 | 10 | 12 | 7 |
|   | гарнир | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 150 | 9,50 | 211 | 4 | 5 | 39 |
|   | сладкое | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ | 200 | 6,30 | 113 | 0 | 0 | 28 |
|   | хлеб бел. |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   | хлеб черн. |   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, ОБОГАЩ. МИКР. | 40 | 3,60 | 82 | 3 | 2 | 20 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |