|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | СИНЯВИНСКАЯ СОШ | Отд./корп |   |  |  | День | 20.04.2022 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 184 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ | 205 | 8,14 | 249 | 8 | 7 | 39 |
|   | гор.напиток | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 7,44 | 134 | 3 | 3 | 25 |
|   | хлеб |   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 16,42 | 131 | 5 | 9 | 7 |
|   |   |   | ВАФЛИ | 30 | 8,00 | 106 | 1 | 1 | 23 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Завтрак 2 | фрукты |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Обед | закуска |   | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 4,64 | 7 | 0 | 0 | 1 |
|   | 1 блюдо | 79 | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, КАРТОФ И КУРОЙ | 205 | 16,00 | 91 | 4 | 3 | 12 |
|   | 2 блюдо | 283 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, СОУС ТОМАТНЫЙ | 90 | 35,01 | 156 | 9 | 10 | 7 |
|   | гарнир | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 150 | 7,16 | 203 | 4 | 6 | 33 |
|   | сладкое | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,05 | 61 | 0 | 0 | 15 |
|   | хлеб бел. |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   | хлеб черн. |   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧН, ОБОГ.МИКРОН. | 40 | 3,14 | 82 | 3 | 2 | 88 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |