

МБОУ "ООШ пос. Мичурина"

Page 10 of 10

Page 10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	305	Рис припущенный	100		133,4	2,43	2,87	24,5
		405	Сосиски "Особые халяль"	50		85,2	4,75	6,75	1,4
	гор.напиток	378	Чай с молоком или сливками	200		81,8	1,52	1,35	15,9
	хлеб	878	Хлеб пшеничный	70		163,6	5,52	0,70	33,8
	фрукты	338	Яблоко	80		75,6	1,20	0,40	16,8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	127	Суп гороховый	200		97,7	5,92	2,62	12,6
	2 блюдо		Котлета куриная	90		281,7	8,58	16,25	25,3
	гарнир	377	Картофельное пюре	150		105,0	4,05	6,00	8,7
	напиток	459	Чай с лимоном	180		35,1	0,03	0,09	8,6
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	80		187,0	6,32	0,80	38,6
	хлеб черн.								