Школа Озернинская СОШ №2 5-11 кл Отд./корп 1 День 9,03,2022г

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гор.напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной , с мясом | 250\10\5 | 10,54 | 4,4 | 5,5 | 12,7 | 118 |
| | 2 блюдо | | Бедро или грудка куринные запеченные " Домашние" | 100 | 31,11 | 16 | 15 | 0,8 | 203,5 |
| | гарнир | | Рагу овощное | 150 | 14,21 | 155 | 5,2 | 4,1 | 24,2 |
| | напиток | | Сок яблочный | 200 | 19,90 | 111 | 0,6 | 0,5 | 20 |
| | хлеб бел. | | хлеб Украинский | 42 | 1,98 | 72 | 2,6 | 0,5 | 13 |
| | хлеб черн. | | Хлеб Свежий | 42 | 2,04 | 39 | 1,6 | 0,3 | 7,2 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |