

Школа **МКОУ "Тагайская СШ им Ю. Ф. Горячева"** Отд./корп **1 неделя** День **01.11.2023**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223,23	Запеканка творожная с соусом молочным(сладким)	170	67,67	431	19	31	61
	гор.напиток	375,01	Чай чёрный с лимоном	200	3,43	59	0	0	15
	хлеб	0,09	Хлеб пшеничный	60	3,60	133	5	0	30
	фрукты	28,01	Яблоко	150	21,00	43	0	0	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	7*3П	Салат "Витаминный" (капуста, кукуруза)заправленный растительным маслом	60	4,74	61	2	3	2
	1 блюдо	83,03	Борщ со свежей капустой и картофелем на бульоне	200	12,54	60	1	2	9
	2 блюдо	291,33	Плов с птицей	230	33,14	408	16	17	48
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	5,1	Хлеб ржано - пшеничный	70	4,20	127	2	0	24
	напиток	407	Сок фруктовый	200	23,50	86	0	0	22
				173,82					