Школа	МБОУ СОШ 5	Отд./корп	старшие					День	12/01/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		салат из квашеной капусты	53	8-84	48	1	3	5
	гор.блюдо		котлеты из рыбы	90	27-38	164	11	7	14
	гарнир		картофельное пюре	150	15-04	342	3	5	16
	гор напиток		чай с сахаром с аскорб	200	2-35	57	0	0	15
	хлеб бел.		булка подольская	30	1-26	38	1	0	8
	хлеб черн.		хлеб ржаной	20	1-13	42	1	0	7
	гор блюдо		макароны отварные с сыром с маслом	150/15/4	19-37	224	8	8	33
	гор напиток		чай с сахаром	200	1-66	57	0	0	15
			булка подольская	60	2-52	75	2	0	15
Обед			зеленый горошек	5	1-69	2	0	0	0
	1 блюдо		щи из свежей капусты со сметаной	255	12-16	97	2	6	9
	2 блюдо		котлеты из рыбы	90	27-38	164	11	7	14
	гарнир		картофельное пюре	120	12-03	293	3	4	13
	гор напиток		чай с сахаром	200	2-35	57	0	0	15
	хлеб бел.		булка подольская	30	1-26	38	1	0	8
	хлеб черн.		хлеб ржаной	20	1-13	42	1	0	7