| Школа | МБОУ СОШ 5 | | Отд./корп | старшие | | | | День | 14/02/2022 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | закуска | | икра из свеклы | 50 | 5-71 | 82 | 1 | 4 | 6 |
| | гор.блюдо | | котлеты домашние с соусом | 70/20 | 31-45 | 202 | 6 | 7 | 3 |
| | гарнир | | макароны отварные | 150 | 7-72 | 211 | 5 | 5 | 36 |
| | гор напиток | | кофейный напиток с молоком | 200 | 8-86 | 115 | 3 | 2 | 23 |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | хлеб ржаной | 40 | 2-24 | 84 | 3 | 0 | 14 |
| | | | | | | | | | |
| | | | яйцо вареное | ½ шт/25 | 4-51 | 62 | 1 | 4 | 6 |
| | гор блюдо | | каша пшеничная молочная с маслом | 200/8 | 14-77 | 279 | 3 | 3 | 11 |
| | гор напиток | | чай с сахаром | 200 | 1-75 | 57 | 0 | 0 | 15 |
| | | | булка подольская | 60 | 2-52 | 76 | 2 | 0 | 15 |
| Обед | | | икра из свеклы | 53 | 5-96 | 66 | 1 | 4 | 6 |
| | 1 блюдо | | суп картофельный с горохом | 250 | 9-79 | 143 | 5 | 4 | 22 |
| | 2 блюдо | | биточки по-домашнему с соусом | 50/30 | 23-41 | 173 | 5 | 5 | 2 |
| | гарнир | | макароны отварные | 150 | 7-72 | 211 | 5 | 5 | 36 |
| | гор напиток | | кофейный напиток с молоком | 200 | 8-86 | 115 | 3 | 2 | 23 |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | хлеб ржаной | 40 | 2-26 | 84 | 3 | 0 | 14 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |