Школа	МБОУ "Шимкусская СОШ" Неделя вторая день 3	Отд./корп		День	5/11/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	49*	Огурцы свежие порциями	60	9.00	12.00	0.48	0.12	3.12
	1 блюдо	124*	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	19.19	79.00	1.46	4.75	6.22
	2 блюдо	388*	Котлеты рыбные с соусом	90(50/40)	13.08	169.00	9.30	9.12	11.61
	гарнир	520*	Пюре картофельное	150	7.28	155.00	3.22	5.56	22.00
	сладкое	297*	Чай с молоком	200	4.00	86.00	1.60	1.65	17.36
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20	1.15	46.76	1.58	0.20	9.66
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	40	1.50	91.96	2.24	0.44	19.76