Школа	МБОУ "Шимкусская СОШ" Неделя вторая день 4	Отд./корп		День	5/12/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	19*	Салат из свежих помидоров	60	9.14	68.40	0.63	6.07	2.71
	1 блюдо	132*	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	20.71	113.00	1.88	5.10	13.92
	2 блюдо	471*	Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе	80(50/30)	12.49	140.00	8.83	8.63	7.54
	гарнир	516*	Макаронные изделия отварные	150	6.21	211.00	5.32	4.89	35.52
	сладкое	631*	Компот из свежих плодов	200	2.57	109.00	0.16	0.16	27.87
	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