Школа	МБОУ Шимкусская СОШ Неделя первая день 5	Отд./корп		День	5/20/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173**	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом	200/10		318.00	9.04	13.44	36.96
	гор.напиток	209**	Яйцо отварное	40		62.84	4.08	3.60	0.28
	хлеб	379**	Кофейный напиток с молоком	200		100.60	3.10	1.90	15.94
		ПР	Хлеб пшеничный	50		116.90	3.95	0.50	24.15
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Винегрет овощной	100		126.92	0.80	0.10	1.60
	1 блюдо	140*	Суп картофельный с макаронными изделиями	250/5		146.00	2.84	5.37	20.84
	2 блюдо	436*	Жаркое по-домашнему	200		301.52	17.85	98.38	21.68
	гарнир	686*	Чай с лимоном	200		59.00	0.26	0.06	15.22
	сладкое	ПР	Хлеб пшеничный	50		81.96	1.58	0.20	19.76
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								