

Школа

МБОУ "ЭКГ"

Отд./корп

День

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гор.напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 43 | Щи со свежей капустой и картофелем | 200 | | 181 | 8 | 9 | 12 |
| | 2 блюдо | 4 | Рыба | 80 | | 133 | 14 | 8 | |
| | гарнир | 49 | Картофельное пюре | 150 | | 133 | 3 | 5 | 19 |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | 2 | Хлеб пшеничный | 80 | | 90 | 3 | 1 | 22 |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | 67 | Каркаде | 200 | | 5 | 0 | 0 | 1 |