|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МКОУ "Ханатинская СОШ" | | | Отд./корп |  |  |  | День | 2022.04.05. |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |  |
| Завтрак | гор.блюдо | 311 | каша манная молочная | 250 | 13,20 | 245 | 6 | 4 | 39 |  |
|  | гор.напиток | 684 | чай сладкий | 200 | 5,00 | 49 | 0 | 0 | 18 |  |
|  | хлеб | 6 | хлеб | 40 | 1,30 | 105 | 3 | 1 | 20 |  |
|  |  | 3 | сыр | 15 | 6,60 | 33 | 2 | 3 | 0 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак 2 | фрукты |  | печенье | 60 | 7,60 |  |  |  |  |  |
|  |  |  | масло сливочное | 10 | 3,00 |  |  |  |  |  |
|  |  |  | ИТОГО: |  | 38,60 | 501 | 11 | 20 | 74 |  |
| Обед | закуска | 20 | салат из помидоров и огурцов | 100 | 26,25 | 70 | 1 | 5 | 5 |  |
|  | 1 блюдо |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2 блюдо | 516 | макароны отварные | 150 | 14,04 | 211 | 6 | 5 | 35 |  |
|  | гарнир | 451 | котлеты | 75 | 19.25 | 177 | 11 | 12 |  |  |
|  | сладкое |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб бел. | 6 | хлеб | 40 | 1,30 | 105 | 3 | 1 | 20 |  |
|  | хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | гор.напиток | 684 | чай сладкий | 200 | 5,00 | 49 | 0 | 0 | 18 |  |
|  |  |  | ИТОГО: |  | 65,69 | 611 | 20 | 23 | 78 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |