Школа МАОУ "Нижнеаремзянская СОШ Отд./корп День 29.11.2023

рием пищ	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Цена	алорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
		70	овощи свежие	100	21,29	7,9	0,5	0,1	1,3
Завтрак	гор.блю	341	рыба, запеченая с яйцом	100	48,07	165	13	8,9	8,2
		520	пюре картофельное	180	20,21	147	3,3	4,4	23,5
	напиток	518	сок	200	14,13	138	0,5	0	34
	хлеб		хлеб витаминизированный	40	4,00	78	2	1	16
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	65	салат картофельный с кукурузой	100	17,7	88,3	2,8	5,1	7,8
	1 блюдо	154	суп-харчо с мясом	250,/10	30,7	167,1	7,4	5,5	22
	2 блюдо	365	курица, тушеная с капустой	200	67,62	308	12,5	20,5	18,4
	гарнир								
	сладкое	585	компот	200	12,38	83,2	0,2	0	20,6
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	4	81	1,9	0,4	17,5
	хлеб черн.		Хлеб славянский	60	6	116	3	1	24