МАОУ "Нижнеаремзянская СОШ" 14.02.2025

Прием пищи	Раздел меню	№ рецептуры	Блюда	Вес блюда, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	345-2013	Биточки рыбные	90	38	212,4	14	11,6	13
		520-2004	Пюре картофельное	150	19,5	147	3,3	4,4	23,5
	гор.напиток	493-2013	Чай "Витаминный"	200	11,9	82,9	0,7	0,1	19,8
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	2	38,9	1	0,3	8,1
	фрукты	458-2006	Яблоко	110	20,3	59,2	0,4	0	14,4
	закуска	70-2006	Огурцы свежие	60	16	7,9	0,5	0,1	1,3
Обед	закуска	50-2004	Салат из свёклы с сыром	80	17,4	132,6	4,6	9,8	6,5
	1 блюдо	130-2004	Рассольник с мясом, со сметаной	265	32,4	113,2	4,1	5,2	12,5
	2 блюдо	№4/8-2011	Гречка по-купечески с мясом	250	73,6	359,6	15,3	16,4	37,7
	гарнир								
	напиток	505-2013	Кисель из свежих ягод	200	9	89	0,3	0,2	21,5
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	4	77,8	2	0,6	16,2
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20	2	41,3	0,7	0,1	9,4