|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ СОШ №1 г.Николаевск-на-Амуре | | | Отд./корп | 7-11 лет |  |  | День | 07.12.2023 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 117 | Каша вязкая молочная манная | 210 | 24,18 | 279 | 7 | 9 | 42 |
|  | гор.напиток | 267 | Какао с молоком сгущенным | 200 | 17,82 | 138 | 4 | 3 | 25 |
|  | хлеб | пр | Хлеб пшеничный йодированный | 50 | 3,67 | 116 | 4 | 1 | 24 |
|  |  | 11 | Сыр российский (порциями) | 20 | 14,70 | 72 | 5 | 6 | 0 |
|  |  | 10 | Масло (порциями) | 20 | 19,11 | 132 | 0 | 15 | 0 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска | пр | Кабачковая икра | 60 | 18,52 | 80 | 2 | 4 | 9 |
|  | 1 блюдо | 78 | Суп картофельный с горохом и мясом | 200 | 41,66 | 185 | 8 | 11 | 12 |
|  | 2 блюдо | 175 | Гуляш | 100 | 79,80 | 211 | 15 | 16 | 3 |
|  | гарнир | 207 | Макаронные изделия отварные | 150 | 9,90 | 168 | 6 | 5 | 26 |
|  | сладкое |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | хлеб бел. | пр | Хлеб пшеничный йодированный | 60 | 4,47 | 140 | 5 | 1 | 29 |
|  | хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | 271 | Сок яблочный | 200 | 19,55 | 84 | 1 | 0 | 20 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |