Школа	МБОУ СОШ №1 г.Николаевск-на-Амуре	Отд./корп	7-11 лет				День	19.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	117	Каша вязкая молочная рисовая	150	22,15	200	4	6	31
	гор.напиток	265	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	11,32	112	3	2	21
	хлеб	пр	Хлеб пшеничный йодированный	50	2,75	116	4	1	24
		11	Сыр российский (порциями)	20	20,13	72	5	6	0
		10	Масло сливочное (порциями)	20	16,66	132	0	15	0
		пр	Булочка	60	23,00	209	5	6	34
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	59	Сельдь с луком репчатым	60	30,51	104	6	8	2
	1 блюдо	75	Суп из овощей	230	47,21	87	1	5	8
	2 блюдо	174	Жаркое по-домашнему	200	93,30	388	23	23	23
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	пр	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,08	140	5	1	29
	хлеб черн.								
		348	Компот из изюма "С"	200	10,51	122	0	0	30