Школа	МБОУ СОШ №1 г.Николаевск-на-Амуре	Отд./корп	7-11 лет				День	09.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	117	Каша вязкая молочная манная	210	22,80	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