Школа	МБОУ СОШ №1 г.Николаевск-на-Амуре	Отд./корп	7-11 лет				День	15.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	119	Каша вязкая молочная из риса и пшена	200	14,05	272	7	9	41
	гор.напиток	265	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	11,01	112	3	2	21
	хлеб	пр	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,61	94	3	0	19
		11	Сыр российский (порциями)	20	17,00	72	5	6	0
		143	Яйца вареные	40	20,00	63	5	5	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	53	Овощи натуральные соленые (помидоры)	60	28,91	12	1	0	2
	1 блюдо	80	Суп картофельный с мясными фрикадельками	230	47,68	143	8	6	0
	2 блюдо	179	Плов	200	129,77	388	23	24	35
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	пр	Хлеб пшеничный йодированный	60	3,70	140	5	1	29
	хлеб черн.								
		пр	Сок яблочный	200	19,14	84	1	0	20