|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ «Оргакинская СОШ им. Э.Чоноскаева» | | | Отд./корп |  |  |  | День | 08.06.2022 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 184 | каша манная молочная жидкая | 180 | 10,20 | 234 | 7 | 9 | 31 |
|  |  |  | яйцо отварное | 1 шт | 5,30 | 155 | 13 | 11 | 1 |
|  | гор.напиток | 272 | чай с молоком | 200 | 3,00 | 69 | 2 | 2 | 12 |
|  | хлеб | 2 | хлеб с маслом и сыром | 45 | 16,50 | 167 | 7 | 10 | 13 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска | 14 | салат из свежих помидоров и огурцов | 80 | 7,60 | 65 | 1 | 6 | 2 |
|  | 1 блюдо | 54 | Борщ со свежей капустой, светаной | 250 | 15,10 | 138 | 2 | 8 | 14 |
|  | 2 блюдо | 99 | котлета | 90 | 30,90 | 200 | 14 | 11 | 11 |
|  | гарнир | 204 | гарнир макароны отварные | 185 | 6,50 | 235 | 7 | 5 | 40 |
|  | сладкое | 271 | чай с сахаром | 200 | 2,30 | 35 | 0 | 0 | 10 |
|  | хлеб бел. |  | хлеб | 40 | 2,40 | 174 | 11 | 5 | 44 |
|  | хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | банан | 200 | 24,00 | 89 | 1 | 0 | 23 |
|  |  |  | вода питьевая | 200 | 2,20 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | 126,00 |  |  |  |  |