|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ "Оргакинская СОШ им.Э.Чоноскаева" | | | Отд./корп |  |  |  | День | 16.06.2022 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 211 | омлет натуральный | 130 | 9,90 | 190 | 11 | 16 | 2 |
|  | гор.напиток | 271 | чай с молоком | 200 | 3,00 | 69 | 2 | 2 | 12 |
|  | хлеб | 2 | хлеб с маслом | 45 | 11,10 | 167 | 7 | 10 | 13 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска | 14 | салат из свежих помидоров и огурцов | 80 | 12,00 | 99 | 1 | 7 | 7 |
|  | 1 блюдо | 66 | суп картофельный с крупой и окорочками | 250 | 16,10 | 104 | 3 | 4 | 13 |
|  | 2 блюдо | 107 | котлета | 130 | 30,90 | 200 | 14 | 11 | 11 |
|  | гарнир | 167 | гречка | 185 | 9,50 | 268 | 10 | 6 | 42 |
|  | сладкое | 271 | компот из смеси сухофруктов | 200 | 2,60 | 35 | 0 | 0 | 10 |
|  | хлеб бел. |  | хлеб | 40 | 2,40 | 174 | 11 | 5 | 44 |
|  | хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | печенье "Чоко пай" | 30 | 11,60 | 458 | 6 | 24 | 60 |
|  |  |  | сок с трубочкой | 200 | 15,00 | 47 | 1 | 0 | 14 |
|  |  |  | вода питьевая | 200 | 2,20 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | 126,30 |  |  |  |  |