

Школа	ГБУ СОШ №2 г.о.КИНЕЛЬ п.г.т.УСТЬ-КИНЕЛЬСКИЙ						День	21.12.23г	
Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	436	Жаркое по домашнему с курицей	230	50,30	265,00	19,53	12,30	25,95
	гор.напиток	868	Компот из сухофруктов	200	4,50	94,20	0,04		21,76
	хлеб	пр	Хлеб в/с	50	3,00	87,50	2,20		17,5
	закуска	10	Салат из свежей капусты с морковью	60	10,00	72,96	0,33	3,69	2,08
	сладкое								
	доп.витаминазац	пр.	Сок фруктовый порционно тетропакет	150	18,01				
			Итого:	690	85,81	519,66	22,10	15,99	67,29
Обед	1 блюдо	5а	Щи из свежей капусты с курицей	210	24,50	131,30	5,70	6,58	14,34
	2 блюдо	42	Тефтели из говядины с рисом и соусом	100	45,94	250,41	7,63	11,20	1,82
	гарнир	679	Гречка отварная рассыпчатая	180	16,00	215,53	5,80	5,83	43
	сладкое								
	хлеб белый	пр.	Хлеб пшеничный	60	3,60	105,00	2,60	0,24	21
	хлеб черный	пр.	Хлеб ржаной	40	2,40	80,00	1,25		13,3
	гор.напиток	19	Чай с сахаром	200	2,50	40,00	0,53		9,47
	доп.витаминазац	пр.	Сок фруктовый порционно тетропакет	150	18,01				
			Итого:	940	112,95	822,24	23,51	23,85	102,93