

Школа **МБОУ "Муромцевская СОШ"** Отд./корп **1-4 класс** День **10-20.10.2023**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	112	Огурцы свежие порционно	31,5	3,94	4	0,19	0,02	0,62
		132	Фасоль красная отварная	30	2,34	122	6,59	4,05	14,7
	горячее блюдо	278	Тефтели под соусом	90	33,36	129	6,65	7,37	8,77
		203	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,14	175	5,1	2,56	33,01
	напиток горячий	514	Кофейный напиток с молоком	200	9,65	94	2,9	3,07	13,63
	хлеб	114	Хлеб пшеничный	40	3,44	72	3,4	0,64	14,8
	фрукты	402	Коктель молочный	200	27,60	73	2,9	2,8	10,56
Обед	1 блюдо	96	Щи из свежей капусты с картофелем, с птицей отварной	200	9,82	171	10,26	11,28	6,99
	2 блюдо	277	Рыба, запеченная в сметанном соусе	90	30,76	62	8,83	2,02	2,18
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	9,56	134	3,34	3,49	22,11
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов.	200	4,36	133	0,66	0,09	32,01
	хлеб	114	Хлеб пшеничный	44,3	3,81	72	3,4	0,64	14,8
	хлеб	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,69	81	3,08	0,56	14,96