

Школа **МБОУ "Муромцевская СОШ"** Отд./корп 1-4 класс День **3-15.11.2023**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	59	Салат из моркови с яблоками	60	5,28	56	0,19	0,04	13,66
	горячее блюдо	223	Пудинг творожно-пшеничный с сахарной пудрой	200	48,79	360	23,95	14,61	33,17
	напиток горячий	430	Чай с сахаром	200	1,35	24	0,64	0,1	5,11
	бутерброд	114	Хлеб пшеничный	40	3,44	72	3,4	0,64	14,8
	фрукт	118	Фрукты свежие.Яблоки.	182,04	23,45	88	0,8	0,8	19,6
	сладкое	113	Джем фруктовый	20	3,16	55	0,1	0	13,76
Обед	закуска	29	Салат из капусты с огурцом	60	3,55	37	0,94	2,45	37
	1 блюдо	83	Борщ с капустой,с картофелем и с мясом	200	14,87	118	5,42	6,36	9,7
	2 блюдо	291	Плов из птицы	240	35,65	366	20,34	12,56	42,88
	напиток холодный	376	Чай витаминизированный с сахаром	200	1,71	119	4,08	3,54	17,58
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	29,41	2,53	72	3,4	0,64	14,8
		116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,69	36	1,32	0,24	6,8