

Школа **МБОУ "Муромцевская СОШ"** Отд./корп **1-4 класс** День **7-30.01.2024**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	горячее блюдо	221	Каша вязкая гречневая на молоке	200	21,80	280	8,4	8	40,6
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	40	3,44	72	3,4	0,64	14,8
		209	Яйца вареные	40	13,70	63	5,08	4,6	0,28
	напиток горячий	382	Какао с молоком	200	12,76	119	4,08	3,54	17,58
	сладкое	113	Джем фруктовый	20	3,16	55	0,1		13,76
	фрукты	118	Плоды свежие. Мандарины	139	31,17	65	1,36	0,52	13,78
Обед	закуска	72	Винегрет овощной	60	5,43	71	0,93	5,34	4,59
	1 блюдо	84	Борщ с фасолью и картофелем	200	10,80	102	2,85	4,1	11,34
	2 блюдо	261	Печень, тушенная в соусе	90	29,78	166	12,24	10,07	6,55
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,35	175	5,1	2,56	175
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	200	6,95	88	0,68	0,28	20,76
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,69	81	3,08	0,56	14,96