

Школа **МБОУ "Муромцевская СОШ"** Отд./корп **1-4 класс** День **10-01.03.2024**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	57/132	Салат из отварной свеклы с чесноком, фасоль красная отварная	70	4,55	173	7,14	8,08	17,99
	горячее блюдо	278	Тефтели под соусом	110	39,80	157	8,13	9,01	10,72
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,45	175	5,1	2,56	33,01
	напиток горячий	430	Чай с сахаром	200	1,37	56	0,19	0,04	13,66
	хлеб белый	108	Хлеб пшеничный	30	2,59	72		0,64	14,8
	сладкое	113	Джем фруктовый	20	3,16	55	0,1		13,76
	сладкое	402	Коктель молочный	200	29,10	73	2,9	2,8	10,56
Обед	1 блюдо	96	Щи из свежей капусты с картофелем, с птицей отварной	200	9,33	171	10,26	11,28	6,99
	2 блюдо	277	Рыба, запеченная в сметанном соусе	90	33,34	62	8,83	2,02	2,18
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	9,98	134	3,34	3,49	22,11
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов.	200	5,66	133	0,66	0,09	32,01
	хлеб черный	116	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,69	81	3,08	0,56	14,96