

Школа **МБОУ "Чукальская ООШ"** Отд./корп День **2**

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------|----------|-------|--------------|--------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | | Каша манная | 180 | | 241.20 | 6.2 | 10.20 | 33.20 |
| | | | Масло порциями | 10 | | 74.80 | 0.1 | 8.30 | 0.10 |
| | | | Бутерброд с сыром | 65 | | 159.60 | 7.00 | 4.60 | 22.8 |
| | гор.напиток | | Кисель плодоваягодный | 200 | | 101.1 | | | 25.60 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 50 | | 106.6 | 3.60 | 0.30 | 22.80 |
| | | | | | 68-44 | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| | закуска | | Винигрет | 100 | | 113.20 | 2.30 | 7.10 | 10.10 |
| | 1 блюдо | | Суп картофельный с бобовыми | 250 | | 135.5 | 5.70 | 5.20 | 17.40 |
| | 2 блюдо | | Котлета рубленая с пшеном | 80 | | 191.30 | 16.10 | 8.10 | 13.50 |
| | гарнир | | Рис отварной | 180 | | 230.1 | 4.20 | 5.60 | 42.10 |
| | гор.напиток | | Чай с сахаром | 200 | | 38.20 | 0.20 | | 9.50 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 40 | | 85.2 | 2.90 | 0.20 | 18.30 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 30 | | 61.2 | 2.0 | 0.30 | 12.70 |
| | | | | | | 74-93 | | | |
| | | | | | | | 1538.0 | 50.3 | 49.9 |