

Школа **МБОУ "Чукальская ООШ"** Отд./корп День **5**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша рисовая молочная	275		241.4	7.30	3.7	45.90
			Масло порциями	10		74.8	0.10	8.30	0.10
	гор.напиток		Какао с молоком	200		85.1	2.0	1.4	16.3
	хлеб		Бутерброд с сыром	65		159.7	7.00	4.60	22.80
					68-44				
Обед	закуска		Салат из белокочанной капусты	100		80.3	1.5	6.1	4.8
	1 блюдо		Рассольник Московский	250/10		136	2.80	6.20	17.30
	2 блюдо		Цыпленок запеченый	100		258.2	21	19.2	0.3
	гарнир		Макароны отварные	180		234.5	6.4	6.4	39.20
	гор.напиток		Чай с сахаром	200		38.2	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			
						1454.59	53.20	56.40	187.20