

Школа	МОБУ "Средняя общеобразовательная школа п. Силикатный"							День	09.12.2022
Прием пищи	Раздел	№ Рец.	Блюдо	Выход г	ЦЕНА	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	1 блюдо	142/179	Суп картофельный с рыбой	30/250	27,25	112,5	0,19	5	14,6
	2 блюдо	371	Рыба припущенная	100	42,41	84	18,6	1,2	0
	Гарнир	520	Пюре картофельное с маслом	200/12	14,98	238,52	2,31	11,84	16,32
	Закуска	556	Свекла отварная	30	0,86	10,83	0,55	0,06	2,42
	Хлеб	тн	Пшеничный, в/с	33	2,15	95,2	3,013	0,32	19,44
	Хлеб	тн	Ржаной	33	1,88	71,4	2,07	0,46	16,95
	Напиток	705	Напиток из плодов шиповника	200	4,7	94,00	0,4	0	23,6