

Школа	МОБУ "Средняя общеобразовательная школа п. Силикатный"					День	21.03.2023		
Прием пищи	Раздел	№ Рец.	Блюдо	Выход г	ЦЕНА	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	1 блюдо	124/107	Щи из свежей капусты с курицей	30/250	27,86	116,5	5,6	5,725	10,15
	2 блюдо	493/600	Птица тушеная в сметанном соусе	50/50	29,2	119	16,7	9,7	0,5
	Гарнир	511	Рис отварной с маслом	150/8	8,79	311,3	4,443	15,128	38,67
	Хлеб	тн	Пшеничный, в/с	34	2,28	95,2	3,013	0,32	19,44
	Хлеб	тн	Ржаной	25	1,48	71,4	2,07	0,46	16,95
	Напиток	638	Компот из кураги	200	5,42	67,00	1,2	0	15,2