Школа	МОБУ "Средняя общеобразовательная школа п. Силикатный"	Отд./корп							День	12.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	110/107	Борщ из свежей капусты с птицей	25/250	32,7	121,5	5,31	6,525	10,45
	2 блюдо	493/600	Птица тушеная в сметанном соусе	50/50	37,85	119	16,7	9,7	0,5
	гарнир	511	Рис отварной с маслом	150/10	12,6	311,3	4,443	15,128	38,67
	сладкое								
	хлеб бел.	тн	Пшеничный, в/с	50	3,5	119	3,766	0,4	24,3
	хлеб черн.	тн	Ржаной	50	3,15	89,25	2,58	0,57	21,18
	гор.напиток	707	Сок фруктовый	200	9	144,00	0,3	0	18,2