Школа	МОБУ "Средняя общеобразовательная школа п. Силикатный"	Отд./корп		День	21.03.2024

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	142/179	Суп картофельный с рыбой	200	9,58	83,73	0,153	3,73	10,885
	2 блюдо	371	Рыба припущенная	90	38,74	84	18,61	1,2	0
	гарнир	520	Пюре картофельное с маслом	165	13,93	248,56	2,407	13,741	17
	сладкое								
	хлеб бел.	тн	Пшеничный, в/с	40	2,8	95,2	3,013	0,32	19,44
	хлеб черн.	тн	Ржаной	50	3,15	89,25	2,58	0,57	21,18
	гор.напиток	631	Компот из свежих яблок	200	9,6	67	1,2	0	15,2