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	25/250	22,83	113,14	0,206	5,04	14,709
	2 блюдо	371	Рыба припущенная	90	42,43	84	18,61	1,2	0
	гарнир	520	Пюре картофельное с маслом	150/15	17,24	248,56	2,407	13,741	17
	сладкое								
	хлеб бел.	тн	Пшеничный, в/с	50	3,5	119	3,766	0,4	24,3
	хлеб черн.	тн	Ржаной	60	3,78	107,1	3,09	0,68	25,41
	гор.напиток	631	Компот из свежих яблок	200	4,14	67	1,2	0	15,2