

Школа	МОБУ "Средняя общеобразовательная школа п. Силикатный"							День	21.11.2023
Прием пищи	Раздел	№ Рец.	Блюдо	Выход г	ЦЕНА	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	1 блюдо	124/107	Щи из свежей капусты с птицей	30/250	37,87	116,5	5,6	5,725	10,15
	2 блюдо	493/600	Птица тушеная в сметанном соусе	50/50	51,78	119	16,7	9,7	0,5
	Гарнир	511	Рис отварной с маслом	150/11	11,51	311,3	4,443	15,128	38,67
	Хлеб	тн	Пшеничный, в/с	30	2,10	71,4	2,25	0,24	14,57
	Хлеб	тн	Ржаной	30	1,89	53,54	1,54	0,34	12,71
	Напиток	638	Компот из кураги	200	7,4	67,00	1,2	0	15,2