

Школа	МОБУ "Средняя общеобразовательная школа п. Силикатный"							День	13.09.2022
Прием пищи	Раздел	№ Рец.	Блюдо	Выход г	ЦЕНА	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	1 блюдо	124/107	Щи из свежей капусты с курицей	25/250	21,61	116,5	5,6	5,725	10,15
	2 блюдо	493/600	Птица тушеная в сметанном соусе	50/50	30,26	119	167	9,7	0,5
	Гарнир	511	Рис отварной с маслом	200/10	13,26	311,3	4,443	15,128	38,67
	Хлеб	тн	Пшеничный, в/с	40	2,60	95,2	3,013	0,32	19,44
	Хлеб	тн	Ржаной	40	2,28	71,4	2,07	0,46	16,95
	Напиток	638	Компот из кураги	200	17,10	67	1,2	0	15,2