

Школа	МОБУ "Средняя общеобразовательная школа п. Силикатный"							День	27.09.2022
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	29,54	116,5	5,6	5,725	10,15
	2 блюдо	493/600	Птица тушеная в сметанном соусе	50/50	27,01	178,5	25,05	14,55	0,75
	Гарнир	511	Рис отварной с маслом	150/7	8,27	311,3	4,443	15,128	38,67
	Хлеб	тн	Пшеничный, в/с	31	2,02	95,2	3,013	0,32	19,44
	Хлеб	тн	Ржаной	31	1,77	71,4	2,07	0,46	16,95
	Напиток	631	Компот из апельсинов	200	5,07	182	0,8	0	44,9