

Школа	МОБУ "Средняя общеобразовательная школа п. Силикатный"							День	16.01.2024
Прием пищи	Раздел	№ Рец.	Блюдо	Выход г	ЦЕНА	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	1 блюдо	110/107	Борщ из свежей капусты с птицей	15/185	11,4	89,91	3,93	4,829	7,74
	2 блюдо	493/600	Птица тушеная в сметанном соусе	50/50	43,42	119	16,7	9,7	0,5
	Гарнир	511	Рис отварной с маслом	150/10	11,72	311,3	4,443	15,128	38,67
	Хлеб	тн	Пшеничный, в/с	35	2,45	83,3	2,636	0,28	17,01
	Хлеб	тн	Ржаной	35	2,21	62,48	1,81	0,4	14,83
	Напиток	707	Сок фруктовый	206	9,48	148,32	0,31	0	18,75