Школа	МОБУ "Средняя общеобразовательная школа п. Силикатный"	Отд./корп		День	30.01.2024

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	110/107	Борщ из свежей капусты с птицей	25/250	32,24	121,5	5,31	6,525	10,46
	2 блюдо	493/600	Птица тушеная в сметанном соусе	50/50	42,3	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
	сладкое								
	хлеб бел.	тн	Пшеничный, в/с	28	1,96	66,64	2,109	0,23	13,61
	хлеб черн.	тн	Ржаной	28	1,77	49,99	1,45	0,32	11,87
	гор.напиток	707	Сок фруктовый	200	9,2	144,00	0,3	0	18,2