Школа	МОБУ "Средняя общеобразовательная школа п. Силикатный"	Отд./корп							День	06.02.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	43	Салат из белокочанной капусты	60	3,03	21	1	3	5
	1 блюдо	124/107	Щи из свежей капусты с птицей	200	12,71	87,82	4,23	4,321	7,66
	2 блюдо	462/601	Тефтели с томатным соусом	90	36,71	117	6,54	6,54	7,62
	гарнир	228	Картофель запеченый брусочками	160	13,55	326,4	4,64	16,8	37,76
	сладкое								
	хлеб бел.	тн	Пшеничный, в/с	40	3,06	95,2	3,013	0,32	19,44
	хлеб черн.	тн	Ржаной	40	2,56	71,4	2,07	0,46	16,95
	гор.напиток	631	Компот из свежих яблок	200	2,74	67,00	1,2	0	15,2