Школа МБОУ Прогимназия №10 Отд./корп День 13.03.2023

7-11 лет вторая неделя Понедельник

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	алорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	510-04	Каша пшеничная	150	21,10	152,40	4,00	4,24	23,55
	гор.напито	701-04	Напиток яблочный	200	8,20	84,80	1,00	0,00	20,20
	хлеб бел	ТТК-10	Хлеб пшеничный	30	2,50	70,30	2,30	0,25	14,26
	хлеб черн	ТТК-10	Хлеб ржаной	20	1,60	34,14	1,33	0,26	14,82
	2 блюдо	468-04	Оладьи из печени	90	40,15	230,64	10,46	16,11	7,55
	закуска	71-2017	Помидор свежий	60	10,20	8,40	0,36	0,00	2,28
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	14-2008	Салат из свежих овощей	60	6,50	54,06	0,072	3,06	6,69
	1 блюдо	101-2017	Суп картофельный с крупой	200	9,20	89,20	1,82	4,16	10,02
	гарнир								
	2 блюдо	492-2004	Плов из курицы	150	41,70	264,82	15,21	12,55	24,82
	сладкое	54-1хн-20	Компот из сухофруктов	200	11,55	81,00	0,50	0,00	31,40
	хлеб бел.	ТТК-10	Хлеб пшеничный	45	3,85	105,45	3,45	0,37	21,39
	хлеб черн.	ТТК-10	Хлеб ржаной	25	2,05	42,67	1,66	0,33	18,53
	конд изд	182-2008	Коржик молочный	35	8,90	73,15	1,26	4,00	16,80