Школа	МАОУ "Порецкая СОШ"	Отд./корп							День	04.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302*	каша молочная пшеничная с маслом	250\5		364,00	25,61	12,65	29,21
	гор.напиток	686*	чай с лимоном	200\7		59,00	0,26	0,06	15,22
	хлеб		батон нарезной	50		132,00	3,90	1,05	26,50
		97*	масло сливочное порциями	10		75,00	0,05	8,25	0,08
Завтрак 2	фрукты		апельсины св. порциями	100		40,00	0,90	0,20	8,10
		769*	булочка домашняя	50		197,00	3,75	6,60	30,45
		693*	какао с молоком	200		149,00	3,04	3,39	27,91
Обед	закуска	37*	салат из сырых овощей	100		73,00	1,17	6,05	3,77
	1 блюдо	139*	суп картофельный с горохом	250		147,00	5,89	4,65	19,98
	2 блюдо	493*	птица тушеная в соусе	100(60\40)		220,00	14,28	19,35	7,27
	гарнир	516*	макаронные изделия отварные	180		253,00	6,38	5,87	42,62
	сладкое								
	хлеб бел.		хлеб ржано - пшеничный	60		126,00	4,20	72,00	27,42
	хлеб черн.								
		79**	чай с фруктовым соком	200		95,00	0,34	0,02	24,53