Школа	МАОУ "Порецкая СОШ"	Отд./корп							День	11.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	15	сыр порциями	25		90	5,75	5,97	0
	гор.блюдо	173	Каша молоч.пшенная с маслом	155(150/5)		218,12	6,33	7,15	31,86
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200		146,3	3,12	2,51	24,69
	хлеб		Хлеб пшеничный	20		47,6	1,52	0,16	9,72
	фрукты	338	Мандарины св.порциями	100		40	0,8	0,3	8,1
Обед	закуска	43	**Салат из белокочанной капусты**	60		51,64	0,89	3,05	5,39
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	200		118,63	4,11	4,27	15,6
	2 блюдо	269	Котлеты рубленые с соусом	100(50/50)		172,94	8,34	10,46	11,9
	гарнир	309	Макароны отварные	200		262,49	7,17	6,24	43,19
	напиток		Чай с фруктовым соком	200		33	0,54	0,1	8,58
	хлеб		Хлеб Дарницкий	40		98	3,12	0,36	0