Школа	МАОУ "Порецкая СОШ"	Отд./корп							День	14.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		3	Бутерброд с сыром	50		162,8	5,76	7,95	14,62
	гор.блюдо	175	Каша из риса и пшена с маслом	210(200/10)		259,24	5,97	11,4	33,09
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200(15)		56,85	0,1	0,03	14,99
	хлеб		Хлеб пшеничный	40		95,2	3,04	0,32	19,44
Обед	закуска	52	Салат из свеклы	60		53,91	0,81	3,65	4,72
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картоф.со сметаной	205(200/5)		79,76	1,5	4,94	6,49
	2 блюдо	269	Биточки рубленые с соусом	100(50/50)		180,63	7,93	12,29	10,2
	гарнир	309	Макароны отварные	200		262,49	7,17	6,24	43,19
	напиток	348	Компот из чернослива	200		92,81	0,34	0	23,65
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	40		75,6	2,92	0,52	14,2