Школа МКОУ "Александровская СОШ" Отд./корп День 20.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты	п/в	апельсин	1/125	20,26	61,25	0,5	0,25	14,37
Обед	закуска	п/в	кукуруза консерв.	1/60	12,5	44,16	1,23	1,74	5,87
	1 блюдо		уха рыбацкая	1/200	15,8	133,8	6,87	6,72	11,46
	2 блюдо		жаркое по-домашнему	1/150/90	39,53	404,4	22,2	24,79	23,69
	гарнир								
	сладкое		напиток из шиповника	1/180	6,41	79,38	0,61	0,25	18,68
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	1/50	1,5	116,9	3,95	0,5	24,15
	хлеб черн.								