

ДИРЕКТОР ШКОЛЫ.

Т.А. ГЛАДКОВА

Школа

Нижнегнутовская СШ

Отд./корп

День

11.10.2021

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                            | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        | Котлеты рубленые из птицы        | 80       | 21,00 | 257          | 13    | 17   | 12       |
|            | гор.напиток |        | кисель из концентрата "С"        | 200      | 3,45  | 127          | 0     | 0    | 31       |
|            | хлеб        |        | Хлеб пшеничный вс                | 40       | 1,60  | 92           | 3     | 0    | 20       |
|            |             |        | капуста кваш с зел горошком м/р  | 100      | 5,29  | 46           | 1     | 3    | 4        |
|            |             |        | кондитерское изделие             | 80       | 10,00 | 94           | 3     | 0    | 20       |
|            |             |        | макаронные изд отварные с маслом | 150      | 6,39  | 206          | 6     | 6    | 33       |
|            |             |        | фрукт                            | 120      | 13,00 | 40           | 0     | 0    | 9        |
| Завтрак 2  |             |        |                                  |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                  |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                  |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |        |                                  |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     |        |                                  |          |       |              |       |      |          |
|            | 2 блюдо     |        |                                  |          |       |              |       |      |          |
|            | гарнир      |        |                                  |          |       |              |       |      |          |
|            | сладкое     |        |                                  |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.   |        |                                  |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  |        |                                  |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                  |          |       |              |       |      |          |

