|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ «Титовская ООШ» | | | Отд./корп | нет |  |  | День | 13.09.2022 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 173 | Каша молочная пшенная | 150 | 18,50 | 320 | 7,85 | 10,01 | 49,4 |
|  | гор.напиток | 250 | Какао с молоком | 200 | 11,48 | 118,6 | 4,0 | 3,54 | 17,57 |
|  | хлеб |  | Хлеб с маслом | 43 | 11,03 | 12,20 | 0,40 | 0,01 | 2,49 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак 2 | фрукты |  | Яблоко | 150 | 21,45 | 396,7 | 0,31 | 0,2 | 62,14 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска | 33 | Салат из свеклы отварной | 60 | 0,46 | 56,34 | 0,86 | 6,09 | 5,02 |
|  | 1 блюдо | 103 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 5,82 | 117 | 2,38 | 6,08 | 12,99 |
|  | 2 блюдо | 301 | Птица тушеная | 80 | 4,04 | 225 | 17,92 | 18,23 | 5,62 |
|  | гарнир | 191 | Рис отварной | 150 | 15,76 | 150,12 | 2,59 | 3,39 | 5,62 |
|  | сладкое | 263 | Чай с сахаром | 200 | 2,20 | 60 | 0,07 | - | 15,0 |
|  | Хлеб черный |  | Хлеб ржаной | 33 | 2,03 | 12,20 | 0,40 | 0,01 | 2,49 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |