|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ «Титовская ООШ» | | | Отд./корп | нет |  |  | День | 13.12.2022 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 463 | Сырники из творога | 160 | 38,56 | 421,20 | 33,64 | 22,81 | 20,52 |
|  | гор.напиток | 379 | Кофейный напиток | 200 | 11,00 | 100,6 | 3,16 | 2,67 | 15,94 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак 2 | фрукты |  | Яблоко | 140 | 20,03 | 583,8 | 0,31 | 0,2 | 16,57 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска | 33 | Салат из свеклы отварной | 60 | 0,46 | 56,34 | 0,86 | 3,65 | 5,02 |
|  | 1 блюдо | 201 | Суп крестьянский с крупой | 200 | 3,23 | 118,62 | 4,79 | 6,03 | 12,42 |
|  | 2 блюдо | 608 | Котлета куриная | 80 | 37,80 | 183,0 | 12,44 | 9,24 | 12,56 |
|  | гарнир | 191 | Рис отварной | 150 | 11,86 | 150,12 | 2,59 | 3,39 | 26,85 |
|  | сладкое | 376 | Чай с сахаром | 200 | 2,20 | 60 | 0,07 | - | 15,0 |
|  | Хлеб |  | Хлеб ржаной | 65 | 4,00 | 24,40 | 0,80 | 0,02 | 4,98 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |