|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ «Титовская ООШ» | | | Отд./корп | нет |  |  | День | 12.01.2023 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 390 | Каша молочная манная | 160 | 15,07 | 161 | 3,4 | 3,96 | 27,83 |
|  | гор.напиток | 379 | Кофейный напиток | 200 | 1,45 | 100 | 3,16 | 2,76 | 15,94 |
|  | хлеб |  | Хлеб ржаной | 33 | 2,03 | 12,20 | 0,40 | 0,01 | 2,49 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак 2 | фрукты |  | Апельсин | 200 | 31,20 | 316,8 | 0,9 | 0,2 | 8,1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска | 67 | Венегрет овощной | 60 | 0,46 | 75,06 | 0,84 | 10,04 | 4,34 |
|  | 1 блюдо | 96 | Рассольник Ленинградский | 250 | 6,02 | 107,3 | 2,0 | 6,1 | 11,98 |
|  | 2 блюдо | 312 | Пюре картофельное | 150 | 7,71 | 138,6 | 3,09 | 6,4 | 2,6 |
|  | гарнир | 608 | Котлета куриная | 80 | 37,80 | 183,0 | 12,44 | 11,55 | 12,56 |
|  | сладкое | 342 | Компот из свежих фруктов | 200 | 6,74 | 114,6 | 0,16 | - | 27,88 |
|  | Хлеб черный |  | Хлеб ржаной | 33 | 2,04 | 12,20 | 0,40 | 0,01 | 2,49 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |