|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ «Титовская ООШ» | | | Отд./корп | нет |  |  | День | 30.01.2023 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 84 | Каша пшенная молочная | 200 | 16,65 | 320 | 7,85 | 10,1 | 49,4 |
|  | гор.напиток | 250 | Какао с молоком | 200 | 11,48 | 118,6 | 4,0 | 3,54 | 17,57 |
|  | хлеб | 3 | Бутерброд с сыром | 45 | 41,50 | 193,3 | 6,74 | 9,3 | 19,5 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак 2 | фрукты |  | Апельсин | 100 | 15,60 | 667,9 | 0,9 | 0,2 | 8,1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска | 45 | Салат из белокочанной капусты | 60 | 0,77 | 36,24 | 0,80 | 1,94 | 3,88 |
|  | 1 блюдо | 41 | Суп картофельный с рыбой | 250 | 20,54 | 154,20 | 11,32 | 9,72 | 5,32 |
|  | 2 блюдо | 301 | Птица тушеная | 80 | 6,79 | 225,0 | 17,92 | 14,58 | 5,62 |
|  | гарнир | 312 | Картофельное пюре | 150 | 7,71 | 138,6 | 3,09 | 4,85 | 2,6 |
|  | сладкое | 868 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 2,06 | 94,20 | 0,04 | - | 24,76 |
|  | Хлеб черный |  | Хлеб ржаной | 65 | 4,00 | 24,40 | 0,80 | 0,02 | 4,98 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |