Школа	ГБОУ СОШ с. Новое Якушкино			Отд./корп				День	08.09.2021
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса, ячневой, кукурузной и перловой круп (с маслом и сахаром)	220	12,3	334	6,01	10,85	52,93
		15	Сыр (порциями) (Голландский)	30	15,3	103	7,89	7,98	0,00
	гор. Напиток	386	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, айран	200	11,5	100	5,80	5,00	8,00
		1112	Зефир глазорованный	30	17	123	0,60	3,60	21,30
	хлеб бел.	Н	Хлеб пшеничный	70	4,7	163,66	5,53	0,70	1,47
Обед	1 блюдо	119	Суп с бобовыми	250	8,9	549,25	7,15	48,15	15,62
	2 блюдо	291	Плов из птицы или кролика	150	16,6	229	12,71	7,85	26,81
	гор. напиток	Н	Хлеб пшеничный	70	4,70	163,66	5,53	0,70	1,47
	закуска	63	Салат из моркови с курагой	100	17,5	85,3	1,70	1,39	16,51
	гор. напиток	350	Кисель из плодов или ягод свежих	200	7,6	111,6	0,08	0,04	23,04
		338	Плоды или ягоды свежие	100	18,6	47	0,40	0,40	9,80