

|            |                            |        |  |           |      |              |       |       |            |
|------------|----------------------------|--------|--|-----------|------|--------------|-------|-------|------------|
| Школа      | ГБОУ СОШ с. Новое Якушкино |        |  | Отд./корп |      |              |       | День  | 03.03.2022 |
| Прием пищи | Раздел                     | № рец. | Блюдо  | Выход, г  | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы   |
| Завтрак    | гор.блюдо                  | 173    | Каша вязкая молочная из пшеничной, овсяной, гречневой и других круп (с маслом и сахаром) | 220       | 12,3 | 338,25       | 9,33  | 9,90  | 55,81      |
|            | хлеб                       | 426    | Булочка с повидлом обсыпная (масса 100 г)  | 100       | 15,3 | 320          | 6,60  | 14,36 | 41,13      |
|            | гор. Напиток               | 379    | Кофейный напиток с молоком   | 200       | 11,5 | 100,6        | 3,16  | 2,68  | 15,94      |
|            |                            | 11111  | Пирожное бисквитное "Меридинка"  | 36        | 17   | 122,4        | 2,16  | 3,24  | 20,88      |
|            |                            | 338    | Плоды или ягоды свежие   | 100       | 4,7  | 47           | 0,40  | 0,40  | 9,80       |
| Обед       | 1 блюдо                    | 101    | Суп картофельный с крупой (рисовой, пшеном, хлопьями овсяными)                           | 250       | 8,9  | 85,75        | 1,98  | 2,70  | 12,10      |
|            | гарнир                     | 128    | Картофельное пюре (с маслом)   | 180       | 16,6 | 207,43       | 3,73  | 10,98 | 21,58      |
|            | гор. напиток               | 389    | Соки овощные, фруктовые и ягодные  | 200       | 4,70 | 330          | 20,00 | 2,00  | 58,00      |
|            | хлеб                       | Н      | Хлеб пшеничный   | 70        | 17,5 | 163,66       | 5,53  | 0,70  | 1,47       |
|            | 2 блюдо                    | 243    | Сосиски, сардельки отварные  | 60        | 7,6  | 178,91       | 6,05  | 16,96 | 0,27       |
|            |                            | Н      | Соус польский  | 30        | 18,6 | 22           | 0,78  | 1,83  | 0,18       |
|            | закуски                    | 45     | Салат из белокочанной капусты  | 100       |      | 59,6         | 1,31  | 3,25  | 6,27       |