

Завтрак директор школы *Людмила Ивановна* №8



Школа		МКОУ "Перекопская С Ш" №11 лет		Отд./корп		06.06.2022			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	208	Лапшевник с творогом	200		257	14	14	39
	гор.напиток	392	Чай с сахаром	200		43		0	11
	хлеб	596	Соус молочный (сладкий)	30		108	2	5	14
			Хлеб пшеничный	50		115	4	0	24
Завтрак 2	фрукты								
Обед		итого:		480		523	20	10	88
	закуска		Свекла отварная	60		24	1	0	5
	1 блюдо	87	Щи из свежей капусты с картофелем	200		69	2	4	8
	2 блюдо	492	Плов из птицы	150		133	2	3	24
	гарнир								
	хлеб ржаной		Хлеб ржаной	40		79	3	0	17
	гор.напиток		Хлеб пшеничный	50		115	4	0	24
		итого:	639	700		84	0	20	
						504	12	7	98