

МОБУ СОШ с.Ишемгул 2026-01-14

\_\_\_\_\_

3 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	Жаркое по домашнему	250	44,47	437	26	30	22
	гор.напиток	405	витаминизированный кисель	200	12,17	69	0	0	17
	хлеб	3	Хлеб пшеничный	50	5,30	118	4	0	25
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								

















