

Школа МОБУ СОШ с.Нигаматово Баймакский район Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
Завтрак	гор.блюдо	227,7	запеканка из творога мо сгущенным молоком	120	
	гор.напиток	283	чай с сахаром	200	
	хлеб	23.фев	хлеб пшеничный	50	
		401	масло сливочное	8	
Завтрак 2	фрукты	38.59	яблоко	125	
Обед	закуска				
	1 блюдо	56.13	Борщ с капустой и картофелемсо сметаной	260	
	2 блюдо	302	каша гречневая вязкая с маслом	155	
	гарнир	96.29	гуляш	90	
	сладкое	294	компот из смеси сухофруктов	200	
	хлеб бел.	23.фев	хлеб пшеничный	50	
	хлеб черн.				123,00

День

Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
259	23	9	21
40	0	0	10
130	4	0	28
53	0	6	0
59	1	1	12
101	2	6	10
149	5	5	21
203	14	15	3
129	0	0	33
118	4	0	25
1452	45	41	221