

Школа ООШ с. Верхнебельский филиал МОБУ СОШ с. Тирлянский Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность			
						ь	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	114	Плов из отварной говядины	160	71,09	324,2	13,0	13,1	33,5
	гор.напито к	284	Чай с сахаром	200		40,0	0,0	0,0	10,0
	хлеб		Хлеб пшеничный обогащенный	40		93,8	3,0	0,3	19,7
		1	витаминами для детского питания						
		25	Яблоко	100		44,4	0,4	0,4	9,8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	59	Суп картофельный с лапшой домашней	200	79,73	101,7	2,4	3,0	16,3
	2 блюдо	105	Тефтель из говядины с рисом	90		211,2	8,5	15,5	9,4
	гарнир	153	Рагу из овощей	175		177,2	3,1	9,9	19,0
	сладкое	294	Напиток апельсиновый или лимонный	200		83,6	0,1	0,0	20,8
	хлеб бел. хлеб черн.		Хлеб пшеничный обогащенный	35		82,0	2,7	0,3	17,2
		1	витаминами для детского питания						
		2	Хлеб ржаной	30		58,4	1,8	0,4	12,0

