|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **МБОУ «Желябовская СОШ»** | | | | | | | | **День 2 1.06.2021** | | |
|  | | | | | | | | | | |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | | Жиры | Углеводы |
| гор. блюдо | 181 | Каша жидкая молочная манная | 210 | 23-35 | 225 | 6,03 | | 3,47 | 42,23 |
| гор. напиток | 376 | Чай с сахаром | 200/15 | 9-00 | 60 | 0,07 | | 0,02 | 15 |
| хлеб |  | Хлеб ржано- пшеничный | 20 | 1-05 | 45,98 | 1,12 | | 0,22 | 9,88 |
|  | 2 | Бутерброд с маслом и повидлом | 55 | 29-50 | 189 | 2,44 | | 7,495 | 27,90 |
|  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| Обед | Закуска | 54 | Икра кабачковая | 30 | 7-50 | 40,14 | 0,82 | | 2,16 | 4,36 |
| 1 блюдо | 103 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 20,14 | 94,6 | 2,15 | | 2,27 | 13,96 |
| 2 блюдо | 291 | Плов из птицы | 150 | 57-04 | 305,3 | 16,95 | | 10,47 | 35,73 |
| Гарнир |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| Сладкое |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| хлеб бел. |  | Хлеб пшеничный | 30 | 1-17 | 70,14 | 2,37 | | 0,3 | 14,49 |
| хлеб черн. |  | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1-05 | 45,98 | 1,12 | | 0,22 | 9,88 |
|  |  | 389 | Сок натуральный | 200 | 20-00 | 84,8 | 1,0 | | - | 20,2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |