|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **МБОУ «Желябовская СОШ»** | | | | | | | | **День 1 31.05.2021** | | |
|  | | | | | | | | | | |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | | Жиры | Углеводы |
| гор. блюдо | 120 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 24-50 | 120 | 4,37 | | 3,79 | 14,36 |
| 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 |
|  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| Завтрак 2 | фрукты |  | - |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| Обед | Закуска | 54 | Икра кабачковая | 30 | 7-50 | 40,14 | 0,82 | | 2,16 | 4,36 |
| 1 блюдо | 102 | Суп картофельный с горохом | 200 | 20-06 | 118,6 | 4,39 | | 4,21 | 13,23 |
| 2 блюдо | 279  717 | Тефтели куриные  с соусом | 50  50 | 45-40 | 278,7  38.82 | 19,54  2,2 | | 14,49  1,68 | 21,8  2,03 |
| Гарнир | 173 | Каша вязкая гречневая | 160 | 20-50 | 320 | 9,0 | | 10,6 | 46,2 |
| 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 |
|  |  | 376 | Чай с сахаром | 200/15 | 9-00 | 60 | 0,07 | | 0,02 | 15 |
|  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |