

МБОУ "Ярковская ООШ"

Отд./корп

День

21.05.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	220	каша рисовая	200	136,20	234	8	11	26
	гор.напиток	132	чай с сахаром	200	44,72	49	12	3	13
	хлеб			40	81,00	236	2	8	15
		213	яйцо вареное	1 шт	170,00	157	13	12	1
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	204	суп картофельный с рыбными консервами	200	164,15	95	3	2	12
	2 блюдо		запеканка картофельная с отварным мясом	150	245,00	152	8	8	7
	гарнир								
	сладкое	132	чай с сахаром	200	44,72	49	12	3	13
	хлеб бел.			40	81,00	236	2	8	15
	хлеб черн.								