

Школа	МКОУ "СШ с углубленным изучением отдельных предметов г.Жирновск				Отд./корп						День
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	315	Запеканка рисовая с творогом и сметаной	150/10	42,00	291,4	9	10,15	50,4		
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200/15	10	59,3	0	14,8	59,3		
	хлеб	224	Фрукты свежие	100	18,00	45,6	0,4	9,5	45,6		
			Хлеб пшеничный	40	3,02	91,9	0,2	19,5	91,9		
			Масло порция	10							
			Итого зща прием пищи		73,02	515,00	12,50	10,80	94,20		
Обед			Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная)	60	9	26	1	0	5		
	закуска										
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	200	10,00	85	2	4	10		
	2 блюдо	203	Макаронные изделия с гуляшом	150/90	46,00	341	15	19	27		
	сладкое	348	Компот из изюма	200	6,00	113	1	0	27		
	хлеб бел.	701	Хлеб пшеничный	50	1,02	114,8	3,7	0,3	24,3		
	хлеб черн.	702	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,00	79,2	2,5	0,4	16,5		
				Итого за прием пищи	700	73,02	745	24	24	108	



Директор

Н.В. Курбанниязова