

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	247	Рыба, тушенная с овощами	100	44,00	126	11,7	5,94	8,94	
	гор.напиток	421	Чай с молоком	200	10,00	61,3	1,3	1	11,8	
		304	Рис отварной	150	16,00	219,3	3,8	5,4	38,9	
Завтрак 2	фрукты		Хлеб пшеничный	40	3,02	91,9	0,2	19,5	91,9	
Обед			Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная)							
	закуска			60	10,00	25,70	0,90	0,10	5,30	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	200	12,00	117,80	4,60	4,40	15,20	
	2 блюдо	289	Рагу из птицы	150	45,00	237,80	12,70	14,60	13,90	
	сладкое	342	Компот из свежих яблок	200	4,00	112,70	0,20	0,20	27,50	
	хлеб бел.			Хлеб пшеничный	50	1,02	114,8	3,7	0,3	24,3
	хлеб черн.			Хлеб ржано-пшеничный	50	1,00	98,9	3,2	0,4	20,6



Директор

Н.В. Курбанниязова

9-й этаж