

Школа

МАОУ Кулаковская СОШ

Отд./корп

1

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Завтрак	гор.блюдо		Гуляш из свинины, рис отварной	240	13,29	15,94	30,55	364,16	62,04
	гор.напиток		Напиток ягодный	200	0,01	0,00	9,98	39,98	20,94
	хлеб		Свежий ржаной	30	0,82	0,12	10,97	48,18	2,54
			Кукуруза консервированная	60	0,85	0,07	14,51	22,89	22,18
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Щи из свежей капусты с птицей, сметаной и зеленью	200	3,75	8,13	8,17	132,02	29,57
	2 блюдо		Курица запеченая с картофелем и с сметаной	250	15,36	15,38	49,25	399,06	99,55
	гарнир								
	напиток		Чай с сахаром	200	0,01	0,00	5,98	39,98	2,52
	хлеб бел.		Свежий пшеничный	40	1,78	0,34	18,52	88,40	3,38
	хлеб черн.		Свежий ржаной	40	2,24	0,44	23,16	55,25	3,38
				530	14,97	16,13	35,46	475,21	107,70
				730	23	24	105	715	138,40
					38,11				