Школа МБОУ "Ординская СОШ" Отд./корп с. Шляпники День 24.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	220	Каша ячневая вязкая	250	12,16	339	8	14	45
	гор.напиток	460	Чай с молоком	200	3,83	81	15	1	16
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	40	2,40	188	3	0	20
	Булочные	69	Бутерброд с маслом	35	9,30	197	2	17	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо	298	Рыба в томате с овощами	100	45,68	102	10	5	5
	гарнир	385	Рис отварной	200	11,70	303	6	9	61
	сладкое								
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	100	2,40	188	3	0	20
	хлеб черн.	109	Хлеб ржаной	100	2,50	94	3	1	13
	напиток	459	Чай с лимоном	200	3,36	61	0	0	15