Школа МБОУ "Ординская СОШ" Отд./корп с. Шляпники День 22.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	220	Каша ячневая вязкая	200	6,01	339	8	14	45
	гор.напиток	460	Чай с молоком	200	2,90	81	15	1	16
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	40	2,25	188	3	1	20
	булочные	69	Бутерброд с маслом	60	10,24	197	2	17	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо	298	Рыба в томате с овощами	120	40,45	102	10	5	5
	гарнир	385	Рис отварной	180	13,19	303	5	9	60
	сладкое								
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	100	4,50	188	3	1	20
	хлеб черн.	109	Хлеб ржаной	100	1,39	94	3	1	13
	напиток	459	Чай с лимоном	200	2,30	61	0	0	15