

| Школа      | ГБУ СОШ №2 г.о.КИНЕЛЬ п.г.т.УСТЬ-КИНЕЛЬСКИЙ |        |                                      |          |        |              |       |
|------------|---|--------|--------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|
| Приём пищи | Раздел                                      | № рец. | Блюдо                                | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки |
| Завтрак    | гор.блюд                                    | 436    | Жаркое по домашнему с курицей        | 230      | 50,30  | 265,00       | 19,53 |
|            | гор.напиток                                 | 868    | Компот из сухофруктов                | 200      | 4,50   | 94,20        | 0,04  |
|            | хлеб  | пр     | Хлеб в/с                             | 50       | 3,00   | 87,50        | 2,20  |
|            | закуска                                     | 10     | Салат из свежей капусты с морковью   | 60       | 10,00  | 72,96        | 0,33  |
|            | сладкое                                     |        |                                      |          |        |              |       |
|            | доп.витаминизац                             | пр.    | Яблоко свежее порционно              | 150      | 18,01  |              |       |
|            |   |        | Итого:                               | 690      | 85,81  | 519,66       | 22,10 |
|            |   |        |                                      |          |        |              |       |
|            |   |        |                                      |          |        |              |       |
| Обед       | 1 блюдо                                     | 5а     | Щи из свежей капусты с курицей       | 210      | 24,50  | 131,30       | 5,70  |
|            | 2 блюдо                                     | 42     | Тефтели из говядины с рисом и соусом | 100      | 45,94  | 250,41       | 7,63  |
|            | гарнир                                      | 679    | Гречка отварная рассыпчатая          | 180      | 16,00  | 215,53       | 5,80  |
|            | сладкое                                     |        |                                      |          |        |              |       |
|            | хлеб белый                                  | пр.    | Хлеб пшеничный                       | 60       | 3,60   | 105,00       | 2,60  |
|            | хлеб черный                                 | пр.    | Хлеб ржаной                          | 40       | 2,40   | 80,00        | 1,25  |
|            | гор.напиток                                 | 19     | Чай с сахаром                        | 200      | 2,50   | 40,00        | 0,53  |
|            | доп.витаминизац                             | пр.    | Яблоко свежее порционно              | 150      | 18,01  |              |       |
|            |   |        | Итого:                               | 970      | 112,95 | 822,24       | 23,51 |

|       |           |
|-------|-----------|
| День  | 07.12.23г |
|       |           |
| Жиры  | Углеводы  |
| 12,30 | 25,95     |
|       | 21,76     |
|       | 17,5      |
| 3,69  | 2,08      |
|       |           |
|       |           |
| 15,99 | 67,29     |
|       |           |
|       |           |
| 6,58  | 14,34     |
| 11,20 | 1,82      |
| 5,83  | 43        |
|       |           |
| 0,24  | 21        |
|       | 13,3      |
|       | 9,47      |
|       |           |
| 23,85 | 102,93    |