

Школа	МКОУ "Анненковская СШ"			Отд./корп				День	28.12.2022	среда
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г		Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
Завтрак	гор.блюдо	223,24	Творожная запеканка	230	62,29	36,00	80,7	80,70	507,50	
	гор.напиток	375,01	Чай с лимоном	200	3,12	0,24	0,06	15,22	58,6	
	хлеб	5,1	Хлеб пшеничный	80	4,40	6,08	0,64	39,36	177,6	
					69,81					
Завтрак 2										
Обед	закуска	7,03	Салат "Витаминный"	100	5,03	3,16	4,16	13,00	85,00	
	1 блюдо	1184,02	Борщ "Сибирский"	250	11,81	2,34	2,65	10,95	74,56	
	2 блюдо	291,17	Плов	250	31,13	25,79	33,48	56,70	617,05	
	гарнир									
	сладкое	407,00	Сок фруктовый	200	8,66	0,20	0,26	22,20	86,39	
	хлеб черн.	5,00	Хлеб ржано-пшеничный	120	6,60	5,64	0,73	48,2	244,2	
	фрукты	28,02	Апельсин	100	25,28	0,90	0,2	8,10	40,00	
		66112,00	мармелад	35	8,20	1,40	1,81	11,00	63	
			Всего		96,71					