

Школа	МКОУ "Анненковская СШ"			Отд./корп		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки
Завтрак	гор.блюдо	340,20	Омлет натуральный с маслом	150-200	30,05	15,50
	гор.напиток	430	Чай черный с сахаром	200	2,24	0,2
	хлеб	0,09	Хлеб пшеничный	60-80	4,40	6,08
	фрукт	28,02	апельсин	100-150	22,21	0,90
	всего				58,90	
Завтрак 2						
Обед	закуска	72,26	Винегрет	60-100	5,62	0,95
	1 блюдо	155,35	Суп картофельный с клецкам	200-250	16,13	5,1
	2 блюдо	267,90	Котлета куриная запеченая с	90-100	40,95	16,55
	гарнир	1,4	Капуста тушенная	150-180	6,20	4,14
	сладкое	407,00	Сок фруктовый	200	8,66	0,22
	хлеб черн.					
		5,00	Хлеб ржано-пшеничный	70-120	6,60	5,64
		яблоко		12,55	0,4	
	всего				96,71	

	День	20.01.2023
Жиры	Углеводы	Калорийность
11,10	3,90	187,1
0,05	15,01	58
0,64	39,36	177,6
0,20	8,10	40,00
3,10	5,17	52,68
4,16	19,1	156,30
16,03	40,92	341,39
6,22	12,10	100,90
0	19,44	76,75

0,73	48,2	224,2
0,4	10	42,7