

Школа

МБОУ "СОШ №18"

Отд./корп

День

21.12.2023

| Прием пищи | Раздел      | № рец.   | Блюдо                                              | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|----------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | №454/51  | Котлета по-хлыновски , Макароны с маслом сливочным | 245      | 45,00 | 462          | 17    | 36   | 38       |
|            | гор.напиток | №685     | Чай с сахаром                                      | 200      | 7,00  | 56           | 0     | 0    | 14       |
|            | хлеб        | ГОСТ 269 | Хлеб ржано-пшеничный                               | 18       | 1,56  | 36           | 1     | 0    | 8        |
|            |             | №43      | Салат школьный                                     | 60       | 18,00 | 67           | 1     | 5    | 4        |
|            |             | ГОСТ318  | Батон                                              | 20       | 2,00  | 48           | 1     | 1    | 9        |
| Завтрак 2  | фрукты      |          |                                                    |          |       |              |       |      |          |
|            |             |          |                                                    |          |       |              |       |      |          |
|            |             |          |                                                    |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |          |                                                    |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     | №124     | Щи из свежей капусты со сметаной                   | 250      | 18,00 | 88           | 2     | 5    | 8        |
|            | 2 блюдо     | №454     | Котлета по хлыновски                               | 90       | 30,00 | 240          | 11    | 29   | 4        |
|            | гарнир      | №516     | Макароны с маслом сливочным                        | 155      | 15,00 | 222          | 6     | 7    | 34       |
|            | сладкое     |          |                                                    |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.   | ГОСТ318  | Батон                                              | 20       | 2,00  | 48           | 1     | 1    | 9        |
|            | хлеб черн.  | ГОСТ 269 | Хлеб ржано-пшеничный                               | 36       | 1,56  | 72           | 3     | 0    | 16       |
|            |             | №685     | Чай с сахаром                                      | 200      | 7,00  | 56           | 0     | 0    | 14       |
|            |             |          |                                                    |          |       |              |       |      |          |