

Школа **МБОУ СОШ №12 г. Октябрьский РБ** Отд./корп **-** День **9/21/2021**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	50		72	1	5	5
	гор.блюдо	4	Рыба запеченая	50		69	32	4	1
	гарнир	520	Картофельное пюре	150		146	3	6	20
	гор.напиток	54-3	Чай с лимоном и сахаром	200		28	0	0	7
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30		57	2	0	11
	хлеб	2	Хлеб ржано-пшеничный	30		62	2	0	12
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
			Итого	480	57.43 ₹	434	40	15	56