Школа МАОУ Бизинская СОШ Отд./корп День 06.12.2021

ием пи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	алорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		1	Бутерброд с маслом, с сыром	20,/5/15	17,7	126	6,1	7,8	7,9
	гор.блюд	311	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	22,17	203	7,5	7,7	26
	напиток	686	Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200,/20/10	11,57	62,8	0,2	0	15,5
	хлеб		Хлеб	40	3,96	78	2	1	16
		458	Яблоко	120	24,6	68	0,46	0	16,56
Завтрак	фрукты								
Обед	закуска		Нарезка из свежих овощей	60	6,88	7,9	0,5	0,1	1,3
	1 блюдо	135	Суп из овощей с курицей, со сметаной	250,/10,/5	23,49	144,3	5,9	6,3	16
	2 блюдо	437	Гуляш из говядины	100	54,45	117,5	9,1	7,5	3,4
	гарнир	512	Рис припущенный	180	10,99	196,6	4,4	4,3	35
	сладкое		Кисель	200	7,34	89	0,3	0,2	215
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	40	3,48	78	2	1	16
	хлеб черн.		хлеб славянский	30	2,97	62	1	0	14