

Школа

МАОУ "Лицей №12" г. Стерлитамак РБ

Отд./корп

День

12/1/2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	123	Плов из мяса птицы	200	38.62	416	15	21	41
	гор.напиток	271	Чай с сахаром	200	1.15	40	0	0	10
	хлеб	401.08	Бутерброд с маслом	38	8.66	130	2	6	16
Завтрак 2	фрукты	38	Яблоко	100	9.00	47	0	0	10
					57.43				
Обед	закуска								
	1 блюдо	57	Щи из свежей капусты со сметаной	205.00	6.36	73	2	4	7
	2 блюдо	92	Гуляш из говядины	85.00	42.19	103	9	6	4
	гарнир	204	Вермишель отварная с маслом	155.00	6.64	211	6	4	37
	сладкое	271	Чай с сахаром	200.00	1.15	40	0	0	10
	хлеб бел.	СГР	Хлеб пшеничный «Свежий-2» для детского питания	45	4.62	116	4	1	24
	хлеб черн.	СГР	Хлеб ржаной для детского питания	40	3.27	112	3	2	28
					64.23				