

МБОУ СОШ № 111 О/Л 11-17лет					Отд./корп	ДРУЖБА	День	18.07.2023		
Школа	Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			71	Огурец свежий	1/100	7,12	16,00	0,83	0,00	3,33
			14	Масло сливочное	1/10	7,46	66,10	0,08	7,26	0,14
			306	Макароны отварные сыром	1/200	23,61	171,25	4,78	5,06	26,65
			376	Чай сахаром лимоном	200/10/7	2,61	40,00	0,30	0,10	9,50
				Хлеб пшеничный	1/40	1,88	94,60	3,20	0,41	19,37
			338	Яблоко свежее	1/200	17,85	88,70	0,80	0,67	19,70
						60,53	476,65	9,99	13,50	78,69
Обед										
			71	Помидор свежий	1/100	8,06	26,00	1,20	0,20	4,67
					1/250/5	11,27	168,25	3,54	5,10	14,53
			84	Борщ с фасолью картофелем	1/100	25,91	255,00	11,66	14,50	14,84
			237	Зразы рыбные	1/180/5	17,46	220,20	4,50	5,00	28,90
			125	Картофель отварной	1/200	5,65	146,60	0,24	0,14	27,83
			342	Компот св яблок	1/40	1,99	69,60	1,98	0,36	10,02
			Хлеб ржано-пшеничный	1/40	1,88	94,60	2,37	0,30	14,49	
						72,22	980,25	26,07	29,86	120,83

