

Школа **МБОУ "Аловская средняя школа"** Отд./корп  День **05.09.2023**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	<b>38</b>	<b>салат из моркови с яблоками</b>	<b>100</b>	<b>9,46</b>	<b>40,4</b>	<b>1,08</b>	<b>0,18</b>	<b>8,62</b>
	гор.блюдо	<b>187</b>	<b>щи из свежей капусты с картофелем</b>	<b>250</b>	<b>14,41</b>	<b>85,75</b>	<b>1,75</b>	<b>4,89</b>	<b>8,49</b>
	гор.блюдо	<b>96</b>	<b>жаркое по домашнему</b>	<b>200</b>	<b>30,47</b>	<b>280,3</b>	<b>12,21</b>	<b>12,48</b>	<b>22,31</b>
	хлеб	<b>8</b>	<b>хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	<b>3,50</b>	<b>107,2</b>	<b>3,07</b>	<b>1,07</b>	<b>20,9</b>
	хлеб	<b>7</b>	<b>хлеб ржаной</b>	<b>60</b>	<b>3,48</b>	<b>108,6</b>	<b>3,96</b>	<b>0,72</b>	<b>1,38</b>
	горячий напиток	<b>859</b>	<b>компот из свежих плодов</b>	<b>200</b>	<b>7,12</b>	<b>110</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>22,3</b>
			<b>итого</b>		<b>68,44</b>	<b>732,25</b>	<b>22,27</b>	<b>19,54</b>	<b>84,00</b>