

Школа **МБОУ "Аловская средняя школа"** Отд./корп День **19.09.2023**

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