|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Школа:** | **МАОУ "Васькинская ООШ-ДС"** |  |  | **День:** | **9** | **20.05.2021** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Прием пищи**  | **Раздел** | **№ рец.** | **Блюдо** | **Выход,г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Завтрак | гор.блюдо | 182 | Каша жидкая молочная (кукурузная) | 150 | 7,75 | 208,59 | 4,34 | 7,76 | 20,15 |
| гор.напиток | 496 | Какао напиток на молоке | 200 | 3,12 | 160,46 | 9,40 | 8,50 | 10,83 |
| хлеб |   | Хлеб пшеничный | 60 | 2,26 | 78,80 | 1,50 | 0,58 | 10,28 |
|  | 590 | Печенье | 20 | 2,92 | 83,40 | 1,50 | 1,96 | 14,88 |
| Завтрак 2 | фрукты |   | Яблоко | 100 | 9,64 | 65,80 | 0,56 | 0,56 | 13,72 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Обед | закуска | 31 | Салат сезонный | 60 | 3,51 | 63,06 | 1,07 | 3,15 | 7,55 |
| 1 блюдо | 149 | Суп картофельный с фрикадельками | 200 | 19,18 | 163,53 | 6,94 | 3,65 | 15,73 |
| 2 блюдо | 390 | Тефтели с рисом | 80 | 18,04 | 114,14 | 8,08 | 3,30 | 13,04 |
| гарнир | 291 | Изделия макаронные отварные | 150 | 3,57 | 256,58 | 8,18 | 10,61 | 48,15 |
| сладкое | 283 | Компот из сухофруктов | 200 | 4,51 | 93,79 | 0,56 | 0,00 | 27,89 |
| хлеб бел. |   | Хлеб пшеничный | 80 | 3,01 | 104,80 | 3,00 | 1,16 | 20,56 |
| хлеб черн. |   | Хлеб ржаной | 80 | 2,5 | 46,40 | 1,12 | 0,22 | 9,88 |
|  |  |  |  |  | **75,50** |  |  |  |  |