Школа	ГБОУ СОШ №1им И.М.Кузнецова с.Большая Черниговка	Отд./корп		День	12.09.22г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша гречневая с маслом	150		153	5	4	23
	гор.напиток	389	Сок фруктовый	200		76	1		18
	хлеб	ПР	хлеб пшеничный	30		70	2	0	15
		ПР	Печенье	30		70	2	0	15
		243/759	Сосиски отварные с соусом	50-50		163	7	14	3
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	ПР	Икра кабачковая	60		74	1	5	5
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью	200/5/1		77	2	5	7
	2 блюдо	278/759	Тефтели тушеные в соусе	50-50		171	7	11	11
	гарнир	202/309	Макароны отварные	150		188	5	4	32
	сладкое	342	Компот из свежих яблок +С витамин	200		112	0	0	27
	хлеб бел.	Пр	Хлеб пшеничный	30		70	2	0	15
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	30		78	3	1	15