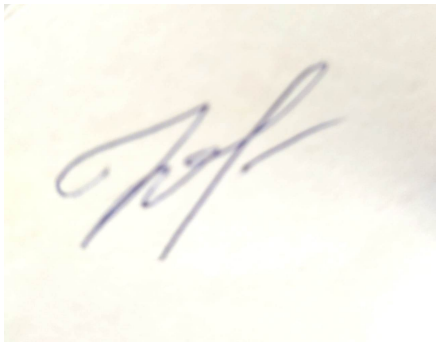
Школа МБОУ СОШ №18 с.Харагун | Отд./корп 1-4классы | День 13.03.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 309м/ссж | Рожки отварные с маслом | 150/10 | 12,64 | 198,97 | 5,85 | 2,86 | 37,40 |
| | гор.напиток | 377м/ссж | Чай с сахаром | 200/15 | 1,73 | 37,96 | 0,05 | 0,01 | 9,17 |
| | | 230К/ссж | Яйцо вареное | 40,00 | 16,08 | 326,93 | 20,56 | 22,14 | 11,26 |
| | | | | | | | | | |
| | хлеб | | Хлеб | 50 | 3,50 | 94,00 | 3,16 | 0,40 | 19,32 |
| | | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |
| | сладкое | | Кондитерские изделия | 30,00 | 13,12 | 157,73 | 4,05 | 4,14 | 26,04 |
| | | | | | | | | | |
| | закуска | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 49М/ссж | Салат из свежей капусты | 60,00 | 4,20 | 63,11 | 0,65 | 4,14 | 5,62 |
| | 1 блюдо | 82М/ссж | Борщ со сметаной | 250/10 | 12,84 | 78,08 | 1,61 | 3,13 | 10,17 |
| | 2 блюдо | 248к/ссж | Рыба тушеная с соусом | 90/30 | 37,11 | 40,93 | 9,64 | 4,91 | 1,53 |
| | гарнир | 302м/ссж | Каша перловая с маслом | 150 | 8,96 | 202,95 | 3,81 | 3,08 | 40,01 |
| | | | | | | | | | |
| | сладкое | 349м/ссж | Компот из сухофруктов | 200 | 3,37 | 96,72 | 0,70 | 0,05 | 23,10 |
| | хлеб бел. | | Хлеб | 50 | 3,50 | 94,00 | 3,16 | 0,40 | 19,32 |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |



Шаньгина Ольга Николаевна
C=RU, O=МБОУ СОШ №18 с.Харагун, CN=Шаньгина Ольга Николаевна, E=schcola18haragun@yandex.ru
я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
с.Харагун Хилокский район Забайкальский край
2024.03.03 22:01:21+09'00'