

школа	МКОУ «Госталинская ООШ»			Отд. /корп	день 8.09.21				
Приём пищи	раздел	№ рецеп.	блюдо	Выход, г	цена	калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	Горячее блюдо								
	Горячий напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		Щеи тушеные с картошкой	250	7,44	84,75	1,75	4,89	8,49
	2 блюдо		Котлеты рыбные	150	9,14	188,62			
	Гарнир		Рыба замороженная	100	28,94	230,2	20,56	15,16	4,96
	Сладкое								
	Хлеб белый								
	Хлеб чёрный		Хлеб	9,80	2,24	114,17	3,84	0,47	23,65
	фрукты								
	напиток		Чай	200	3,10	116	0,69	0,37	14,39
	салат		Салат фр. банановый	100	10,37	62,4	0,9	4,08	5,52