

МЕНЮ
на 20.09.2022г. в МБОУ СШ № 6 г. Котово

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181/2017м	Каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	330,68	6,93	12,82	48,13
		399/2017м	Блинчики с повидлом	70	115,62	3,15	1,68	21,95
	гор.напиток	377/2017м	Чай с сахаром и лимоном	200	62	0,13	0,02	15,2
	хлеб	701/2010м	Хлеб пшеничный	40	106,40	3,08	0,96	21,36
Завтрак 2	фрукты	338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	47,00	0,40	0,40	9,80
Обед	закуска	101\2004л	Икра кабачковая	100	104	1,6	16,26	10,53
	1 блюдо	103\2017м	Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей	250/10	133,45	5,16	3,69	17,535
	2 блюдо	171\2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	279,81	4,37	8,99	44,6
	гарнир	229\2017м	Рыба тушеная с овощами	100	105	9,75	4,96	3,8
	хлеб бел.	701\2010 м	Хлеб пшеничный	40	96,8	3,24	0,4	19,52
	хлеб черн.	702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	40	87,6	2,53	0,45	17,4
	напиток	342\2011 М	Компот из свежих плодов	200	112,7	0,1	0,2	27,5