

МЕНЮ
на 29.09.2022г. в МБОУ СШ № 6 г. Котово

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	101/2004л	Икра кабачковая консервированная	100	104	1,626	1,6	10,262
		271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	100/20	198,00	13,51	8,91	9,74
		203/2017м	Макароны отварные с маслом	150	246,60	6,87	7,28	38,37
	гор.напиток	378/2017м	Чай с молоком	200	81	1,52	1,35	15,9
	хлеб	701/2010м	Хлеб пшеничный	30	79,80	2,31	0,72	16,02
Обед	закуска	71\2017м	Помидор свежий	100	22	1,1	0,16	3,8
	1 блюдо	88\2017 м	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	110,75	2,3	6,3	10,3
	2 блюдо	203\2017м	Макароны отварные с маслом	180	246,6	6,87	7,3	38,35
	гарнир	271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	100/20	198,00	13,51	8,91	9,74
	хлеб бел.	701\2010 м	Хлеб пшеничный	30	72,6	2,43	0,3	14,64
	хлеб черн.	702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	40	87,6	2,53	0,45	17,4
	напиток	349\2017М	Компот из сухофруктов	200	124	0,6	0	31,4