

УТВЕРЖДАЮ:

Некоз Е.В. _____

Школа	МБОУ СОШ №2 г. Константиновск Ростовская обл.			Отд./корп		Пятница 1 неделя			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	260м	гуляш из свинины	45\45	28,35	278,10	9,58	25,37	2,60
	горяч напиток	376м	чай с сахаром	200	2,15	60,0	0,00	0,00	15,0
	хлеб		хлеб пшеничный	40	2,40	93,52	3,16	0,4	19,32
	гарнир	303м	каша гречневая	150	13,29	145,50	4,58	5,01	20,52
	закуска	45м	Салат из белокачан.капусты	60	3,53	35,76	0,79	1,95	3,88
Обед	1 блюдо	117м	суп с фрикадельками	200	27,95	310,00	9,63	18,50	26,00
	закуска	208м	лапшевник с творогом	100	14,99	192,00	7,10	8,40	22,00
	сладкое	371м	молоко сгущенное	20	6,00	55,00	1,40	1,50	9,10
	напиток	376м	чай с сахаром	200	1,78	56,00	0,00	0,00	13,70
	хлеб черн.		хлеб ржаной	25	1,55	53,33	1,83	0,33	10,83
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	25	1,50	68,41	2,67	1,13	11,89
	фрукты	338м	банан	100	14,00	86,00	1,40	0,07	19,87



завтрак



обед