

МБОУ "СОШ №2 с.Шалажи"

\_\_\_\_\_

11.11.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор.блюдо	177	Каша рисовая с изюмом	70		218,4	6,65	12,6	19,6
	Хлеб	573	Хлеб пшеничный	50		116,82	3,94	0,5	24,14
	Гор.напиток	459	Чай с молоком или сливками	200		39,02	0,03	0,1	9,5
	фрукты	338	Яблоко	80		75,6	1,2	0,4	16,8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	1 блюдо	131	Суп-пюре из картофеля	200		116,28	4,64	4,76	13,72
	Гарнир	304	Рис отварной	150		209,65	3,64	5,37	36,69
	2 блюдо		Сосиски "Особые халяль"	90		153,43	8,55	12,15	2,47
	Хлеб		Хлеб пшеничный	80		187,04	6,32	0,8	38,64
	Гор.напиток	459	Чай с лимоном	180		35,13	0,03	0,09	8,55

